

COMPTE RENDU ANIMATION PEDAGOGIQUE
Mercredi 12 décembre 2012
Espace culturel Francis Sagot de FRUGES
EPS au cycle 1

Intervenants :

- ✓ M. Sylvain PASQUALINI : formateur à l'IUFM d'Outreau
- ✓ Mme Hélène RENIEZ : CPC

1. Rappel des programmes

Préambule des programmes 2008 : « Il faut que chaque élève puisse s'épanouir par une pratique sportive quotidienne. »

Les activités proposées doivent permettre aux élèves d'exercer leurs capacités motrices, sensorielles et affectives, avec une prise en compte des étapes et du rythme de développement de l'enfant.

Domaine « Agir et s'exprimer avec son corps »

5 compétences à acquérir à l'issue du cycle 1 :

3 compétences propres à l'EPS

- ➔ Adapter ses déplacements à des environnements et des contraintes variées.
(Vers les activités gymniques – Activités d'orientation, de roule et glisse et aquatiques)
- ➔ Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement : accepter les contraintes collectives »
(opposition duelle – jeux collectifs)
- ➔ S'exprimer sur un rythme musical ou non, avec un engin ou non ; exprimer des sentiments et des émotions par le geste et le déplacement.
(danse – mime – jeux dansés – rondes – Activités gymniques dans son aspect artistique)

2 compétences transversales

- ➔ Se repérer et se déplacer dans l'espace
- ➔ Décrire ou représenter un parcours simple

2. Apprentissage et développement

Inné – Acquis

Inné : même développement pour tous.

La myéline se développe le plus entre 2 et 6 ans. Plus elle est épaisse, plus les informations circulent vite et en plus grands nombre.

C'est ce qui est inscrit dans nos gènes.

L'acquis est lié à la richesse des expériences corporelles et sensorielles que les enfants vont avoir la chance de rencontrer dans le domaine :

- de la motricité fine
- de la grande motricité
- des sens.

Toutes ces expériences vont permettre une augmentation du nombre de synapses.

Développement du système nerveux

Face aux expériences et aux problèmes à résoudre, le corps va devoir s'adapter.

Il faut ensuite répéter, réactiver les chemins créés.

De 2 à 4 ans, les synapses se développent sur le versant moteur, celui de la programmation. Il faut donc amener les élèves vers des actions nouvelles mais ne pas s'attendre à un contrôle de l'action de la part de l'élève.

De 4 à 6 ans, développement du versant sensitif. Les fibres nerveuses remontent l'information pour dire si ça a marché vers le contrôle du mouvement (feed-back). Permet de réajuster (corriger – reprogrammer).

Vers 6 – 7 ans, on assiste à une baisse de la spontanéité.

Les apprentissages moteurs :

- coordonner, enchaîner : la fin de l'action A est comprise dans le début de l'action B
- dissocier : pouvoir faire deux choses en même temps.
Exemple du chasseur qui doit courir, regarder, viser, armer, lancer tout en prenant en compte la direction de la course.
- S'équilibrer
Ne pas faire mettre les bras sur les côtés mais plutôt croisés ou porter quelque chose de manière à pouvoir trouver l'équilibre avec le centre du corps.
A partir de la MS, proposer des cloche-pieds (pas sur de grandes

zones ni trop longtemps sur le même pied.)

- latéraliser
Proposer les activités des deux mains pour le lancer par exemple.
- automatiser : répéter sans rien changer
- doser l'énergie
Proposer lors de l'échauffement des actions à réaliser plus vite, plus lentement.
- augmenter la vitesse d'exécution
Pouvoir faire la même chose plus vite. Faire plus de choses dans la même unité de temps.
- s'engager dans l'espace arrière
Marcher vers l'arrière, puis les yeux fermés. Dans les échauffements, fonctionnement par vagues.
- prendre de nouveaux repères dans l'action
Exemple des jeux collectifs avec les limites du terrain.
- prise de risque : possible uniquement si on fonctionne avec un atelier d'apprentissage.

3. Activités supports et thèmes moteurs

Définition

Thème moteur : sous ensemble de l'activité porteur d'apprentissage, le plus souvent un verbe d'action

Vers l'athlétisme

- courir : obstacles / vite / longtemps (GS)
- lancer : viser (et se reculer) ... de plus en plus loin.
- Sauter : aller plus haut pour aller loin (minimum un tapis de 10 cm d'épaisseur). Prise d'élan en hauteur. Partir de contre-haut.

Attention : ne pas écrire « athlétisme » dans la programmation mais « course d'obstacles » ou « courir vite ».

Vers la gymnastique

- s'équilibrer
- voler
- appuis manuels pour se renverser (quadrupédie)
- rouler – tourner

- se suspendre

Vers la danse

- en relation corps-musique : danse du patrimoine – faire des actions avec la contrainte de la musique).
- Vers la danse contemporaine (mime – expression – imaginaire complet à partir d'albums :
 - « La chenille qui fait des trous » de Eric Carle
 - « Attends-moi papa » de Véronique Mazière
 - « La brouille » de Claude Boujon
 - « La chaise bleue » de Claude Boujon
 - « Pierre et le loup »

Vers les jeux collectifs

- l'esquive : les déménageurs / éperviers ballon
- l'esquive : les chasseurs
- Envoi / renvoi

Vers la lutte

- Déménager des objets : prendre des saisies sur des objets (TPS – PS)
- Tirer – Résister (cordes)
 - prendre des saisies sur le corps (épingles ou foulards). Ne jamais tenir les deux rôles en même temps.
 - tirer – pousser – déséquilibrer
 - faire sortir du territoire ou empêcher d'entrer
 - retourner
 - immobiliser GS avec des tapis.
 - se dégager

Vers la course d'orientation

- s'engager dans des espaces de plus en plus éloignés (cour – école – parc)
- se repérer
- trouver son chemin à partir d'indicateurs
- faire les parcours de plus en plus vite

Encadrement :

- ATSEM
- Parent

Roule et glisse

- s'équilibrer
- se propulser
- se diriger

S'équilibrer tout en assurant la propulsion, tout en assurant la direction.

4. Programmation

Période 1	Période 2	Période 3	Période 4	Période 5
Obstacles Course longue	Lancer - viser	Jeux collectifs déménageurs	Balle assise ou épervier chasseur	Activités d'orientation
Séquilibrer ou se renverser	Danser en relation corps- musique	Déménager des objets ou vers la lutte	Activités de roule	Danse mime – expression.

Conseil :

Travailler 2 thèmes chaque semaine sur deux jours consécutifs

5. Appuis manuels pour se renverser

- En dynamique

Se déplacer à 4 pattes, en avant, en arrière, dans des cerceaux, en suivant un petit chemin (dès la PS).

Très vite, proposer 3 appuis uniquement : 2 mains-1 pied.

Se déplacer en latéral (à partir de MS) avec des croisés (jambes intérieures-bras extérieurs)

En araignée

En passant par dessus

Course en rattrapé

Sur une ligne au sol, sur un plan incliné

- En statique

Position de base

A partir de cette position, lever une jambe, puis l'autre.

Lever ensuite un bras. Revenir puis lever l'autre bras.

- En araignée

Un genou sur l'autre

Lâcher une main.

Mains bien à plat orientées un peu vers l'extérieur (car si les mains sont orientées à l'intérieur, cela fait plier les coudes.)

Bassin au dessus des épaules.

- La brouette (prise de la jambe entre le genou et le bassin avec un enfant qui tient chaque jambe).
Attention, le dos doit être plat.

- Plan incliné avec zone interdite ou obstacles, avec un petit dénivelé.
Puis toucher un élastique avec la jambe.
Puis augmenter la hauteur du plan incliné.

Le placement dos

Placer les mains (orientées vers l'extérieur pour bloquer les coudes) au sol.
Les pieds viennent ensuite en appui contre le mur.

L'enseignant qui aide doit avoir un genou au sol et tenir l'épaule pour soulager l'élève.

6. Les différentes formes d'organisation

- activités individuelles :
 - les parcours
 - les ateliers

- Activités jeux collectifs – danse
Classe entière, classe divisée en deux : en activité et en observation.
Les maisons pour la danse.
Jeux collectifs : une piste de jeux collectifs et un parcours de motricité.

7. Matériel

- Echasses
- Ballons soft
- Banc suédois
- Cerceaux plats
- Marquage au sol
- Planche d'équilibre
- Souricière / plate-forme
- Trampoline
- Trotinettes / tricyles

8. Bibliographie

Apprendre en éducation physique – Tomes 1 et 2
Collection « outils pour les cycles ».
ScérEn – CRDP Nord-Pas-de-Calais