



RAPPORT STAGE EN ECOLE

2021/2022

CHAVY Alexandra

Table des matières

1/ LES CONDITIONS DE L'INTERVENTION	3
a. L'activité.....	3
b. Le lieu.....	3
c. L'horaire.....	3
d. Le matériel	4
e. Le groupe	4
2/ PROPOSITION D'UNE PREMIERE SEANCE	6
a. Présentation de la séance	6
b. Analyse détaillée d'une tâche d'apprentissage.....	9
c. Compte rendu de l'évaluation diagnostique.....	12
3/ ELABORER UN PROJET DE SEQUENCE	15
A/ MODE D'ENTREE DANS L'ACTIVITE :	15
B/ CHAMP D'APPRENTISSAGE :	15
C/ COMPETENCES TRAVAILLE EN ATHLETISME (course) :	15
D/ ATTENDUS DE FIN DE CYCLE 2 :	16
E/ COMETENCES TRAVAILLES PENDANT LE CYCLE :	16
F/ SUJET EPISTEMIQUE :	16
G/ EVALUATION DIAGNOSTIQUE : RESUME.....	16
H/ OBJECTIF DE SEQUENCE	17
I/ TRANSFORMATIONS ATTENDUES SUR LE PLAN MOTEUR	17
J/ TRANSFORMATIONS ATTENDUES POUR LE SOCLE COMMUN	18
3/ PRESENTATION CHRONOLOGIQUE DES SEANCES	19
A/ Séance 2 : 21 septembre 2021.....	19
B/ Séance 3 : 5 octobre 2021	25
C/ Séance 4 : 12 octobre 2021.....	31
D/ Séance 5 : 19 octobre 2021	38
E/ Séance 6 : 9 novembre 2021	45
F/ Séance 7 : 16 novembre 2021	51
G/ Séance 8 : 23 novembre 2021.....	58
H/ Séance 9 : 23 novembre 2021.....	65
I/ Séance 10 : 7 décembre 2021	71
J/ Séance 11 : 14 décembre 2021	79
4/ TABLEAU RESUMANT L'ENCHAINEMENT COHERENT DES LECONS AUTOUR DE L'OBJECTIF DE SEQUENCE.	85
5/ BILAN DES APPRENTISSAGES MOTEURS PREVUS PAR LE PROJET DE SEQUENCE.	86
6/ ANALYSE CRITIQUE DU STAGE	89

1/ LES CONDITIONS DE L'INTERVENTION

Durant cette année universitaire, j'effectue un stage en milieu scolaire en binôme avec Alison LABROSSE. Nous avons été affectés à l'école primaire de Montcenis.

Durant ce stage nous serons observés par Mr Sanchez, l'instituteur ainsi que par Mr Leca, notre conseiller pédagogique. Voici les conditions d'interventions :



a. L'activité

Nous avons comme objectif d'enseigner l'athlétisme et plus particulièrement la course aux élèves. L'instituteur, responsable de l'enseignement nous a donné comme consigne de « faire courir les enfants ». Celui-ci ne souhaitait pas travailler les lancers ou les sauts (dû à l'espace et au manque de matériel). Nous avons libre de choix de choisir le type de course que nous voulions enseigner.

C'est pourquoi nous avons choisi de diviser la séquence en deux étapes :

- ✓ Durant les 6 premières nous avons axés l'enseignement sur le travail de la vitesse (avec un travail d'appui, de coordination, de placements, des positions de départ, les allures, les temps de réactions...).
- ✓ Durant les 6 dernières séances nous avons décidé d'utiliser tous les apprentissages vu précédemment dans le but de construire progressivement un relai (en adaptant les conditions de celui-ci à l'espace dont nous disposons).

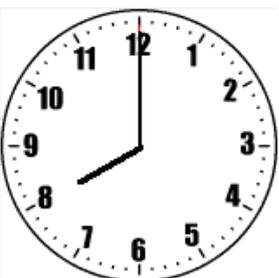
Nous avons également décidé de mettre en place des **routines d'échauffements** (avec des gammes variées de plus en plus complexe) et des **routines d'équilibre** durant le retour au calme. Ce type de routines permet non seulement de créer des habitudes chez les élèves (pouvant les rassurer, c'est la part de connue) mais c'est aussi une manière de les faire rentrer dans l'activité ou de les calmer en fin de séance.



b. Le lieu

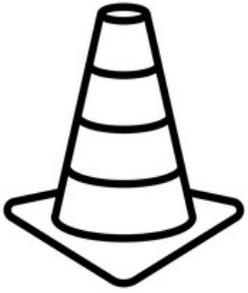
L'école se situe à Montcenis, à quelques minutes seulement du Creusot. La particularité de l'enseignement étant le lieu : nous devons enseigner dans la petite cour du bas de l'école. Celle-ci nous apporte une grande contrainte qui nécessite une adaptation de notre part : la taille.

La cour est petite, ce qui nous a poussé dans nos choix d'enseignement (la course longue aurait été trop répétitif pour les élèves, ils auraient tourné en rond). De plus, le lieu nécessite une vigilance de notre part au niveau de la **sécurité**. En effet, il y a un escalier et des arbres, des barrières... C'est pourquoi nous devons toujours rappeler les règles de sécurité.



c. L'horaire

Nous avons 12 séances d'enseignements prévu dès ce début d'année, dont une séance d'observation. Notre séance se déroule tous les **mardis du 14/09/21 au 17/12/21, de 14h50 à 15h50**. Nous arrivons à chaque séance à 14h30 pour sortir, mettre en place et désinfecter le matériel dont nous avons besoin.



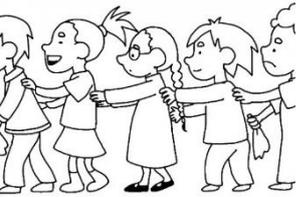
d. Le matériel

Nous avons à notre disposition beaucoup de petit matériel :

- Des plots de tailles différentes
- Des coupelles
- Des cerceaux
- Des barres pour créer des haies
- Des ballons et balles de différentes tailles
- Des chasubles
- Des lattes
- ...

Nous avons choisi également de prendre des torchons que nous emmenons nous même pour les utiliser comme témoins.

En ce qui concerne les règles sanitaires, nous devons désinfecter tout le matériel après chaque utilisation. De plus les élèves peuvent poser leurs masques durant l'activité car celle-ci se déroule en extérieur. Nous étions également autorisés à retirer le nôtre.



e. Le groupe

Nous intervenons auprès de la classe des CE2/CM1. Au total, la classe est composée 22 élèves âgés de 8 à 10 ans.

Il y a une Atsem qui intervient dans la classe pour deux élèves. Cependant, elle n'intervient pas durant les séances de sport. Il nous à été signaler ces élèves pourraient avoir de problèmes de compréhensions.

Durant la première séance d'observation, nous avons remarqués que les élèves étaient globalement calmes et qu'ils respectaient rapidement les consignes. Ils sont motivés et ont envies de se dépenser, de participer.

Nous avons aussi remarqué qu'un esprit de compétition était souvent présent durant les séances de sport (nous pensons que les élèves ont eu l'habitude d'être en compétition durant le sport, donc à chaque exercice ils se sentent obligés de se confronter). Ils se poussent alors les uns les autres, non pas pour soutenir son camarade mais plus pour « gagner ».

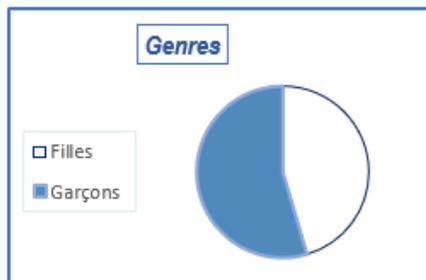
Globalement, les élèves n'ont pas de difficulté à se mélanger (filles/garçon, CE2/CM1). Certains ont quelques problèmes de concentration et se laisse vite distraire alors que d'autre participent beaucoup.

De plus nous avons remarqué qu'à cet âge-là les élèves aiment prendre la parole, nous aider, proposer des solutions, expliquer les consignes, installer le matériel : ils sont très impliqués et osent essayer de nouvelles choses.

>> Les élèves : 10 filles 12 garçons



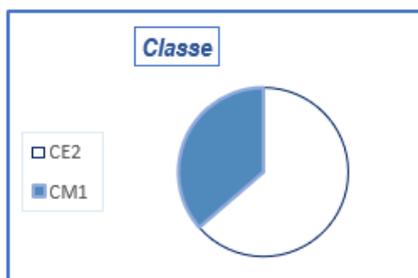
12 garçons



10 filles

CE2

14 élèves



CM1

8 élèves



[Retour à la table des matières](#)

2/ PROPOSITION D'UNE PREMIERE SEANCE

a. Présentation de la séance

DATE : 21 sep. 2021

ACTIVITE : Athlétisme

SEANCE : n°1

THEME : Evaluation diagnostique

NOMBRES D'ELEVES : 22

Prise en main du groupe :

Les élèves arrivent dans la cour, posent leurs bouteilles et s'assoient sur les murets d'un côté de la cour comme ils en ont l'habitude.

Nous nous plaçons devant eux et demandons le silence pour que l'on puisse avoir leurs attentions.

Nous nous représentons mais les élèves se souvenaient de nous et de nos prénoms. Nous avons choisi de faire des explications courtes pour ne pas communiquer des informations inutiles afin de garder l'attention de tous.

Nous expliquons globalement le dérouler de la séance (course, échauffement, ateliers, étirements) et les règles de sécurité (concernant le lieu).

Echauffement : *Nous avons choisi de commencer chaque séance par des échauffements pour instaurer une petite routine et pour développer la coordination des élèves (nous trouvons que l'échauffement pour l'activité d'athlétisme est utile, il sert à apprendre quelque chose). Pour cette première séance nous avons choisi de faire un échauffement « traditionnelle » pour pouvoir expliquer les consignes, et que pour les élèves aient le temps de comprendre et d'essayer chaque exercice.*

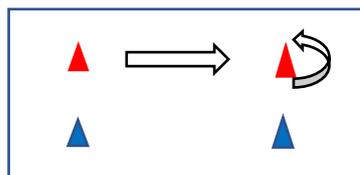
1/ Course :

Les élèves courent pendant 3 min dans la cour pour « mettre en route » le corps, se dégourdir et parler entre eux. C'est le moment qui permet de rentrer dans l'activité.

2/ Les gammes :

Création de deux équipes (rouges et bleus qui seront conservés durant toute la séance) qui se placent en colonne derrière le plot de départ.

Consignes : Aller d'un plot à l'autre en effectuant les exercices demandés, puis revenir au plot de départ en trottinant en passant par le côté indiqué.



Nous avons choisi de faire passer les élèves deux fois sur un même exercice (la première pour qu'ils puissent essayer, la seconde pour qu'ils puissent corriger leurs mouvements grâce à une consigne supplémentaire)

Exercices demandés : *(nous donnons les consignes chacune à notre tour)*

- **Des montés de genoux** *(monter les genoux au ciel/ monter le plus de fois les genoux au ciel)*
- **Des talons fesses** *(Les talons touchent les fesses / toucher le plus de fois possible les fesses)*
- **Des battements de jambes avant** *(les orteils regardent le ciel/ tendre les jambes au maximum)*
- **Pas chassé sur le côté** *(le premier pied chasse le second /faire les plus grand pas chassés possible)*

- **Cloche pied** (sauter le plus haut possible sur un pied / changer de pied au deuxième passage)
- **Sprint** (départ assis avec les mains sur la tête => partir vite et être le premier au plot d'arrivée).

En plus des consignes orales, nous montrons (=démonstration) chaque exercice pour que tout le monde puisse le visualiser.

Situation 1 : travail d'appuis

Nous avons choisi d'intervenir en même temps sur la classe mais sur deux groupes séparés. Nous conservons les groupes de l'échauffement (qui sont mixtes). Chaque groupe se distingue par une couleur (rouge ou bleu) qui permet aux élèves de ne pas se mélanger.

Pour cela nous séparons la cour en deux zones distinctes et proposons deux parcours avec différents ateliers.

BUT : analyser les conduites typiques des élèves, leurs comportements face à des exercices d'appuis.

Parcours ALEXANDRA :

ATELIER 1 : LA MARELLE (pour analyser la coordination des appuis)

- **consignes** : sauter dans les cerceaux en mettant 1 pied dans chacun d'entre eux et alterner cet enchaînement jusqu'à l'arrivée.

BUT : Ne pas toucher les cerceaux.

ATELIER 2 : TRAVAIL DES APPUIS EN COURSE

- **consignes** : courir en faisant 1 pas entre chaque coupelles (les coupelles n'étant pas à la même distance les unes des autres)

BUT : Ne pas toucher les plots.

ATELIER 3 : COURSE EN ZIG-ZAG

- **consignes** : courir en touchant avec la main les différentes coupelles disposés au sol en zigzag. Revenir au plot de départ sur le côté en sautant à cloche pied.

BUT : toucher les plots le plus vite possible, n'oublier aucun plot.

⇒ Les élèves sont séparés sur les ateliers et répètent l'exercice jusqu'au signal indiqué par moi-même passer à l'exercice suivant. (3min par ateliers).

Parcours ALISON :

ATELIER 1 : SAUT DE HAIES

- Courir en sautant les 3 haies, un pied après l'autre, puis arriver les deux pieds simultanément dans le cerceau qui délimite la ligne d'arrivée.

BUT : ne pas toucher les haies.

ATELIER 2 : TRAVAIL DE COORDINATION

- Sauter les deux pieds joints dans les cerceaux qui sont placés au sol en zigzag.

BUT : Rester les pieds joints (toujours collés) et ne pas sortir des cerceaux.

ATELIER 3 : SLALOM

- Courir en slalom entre les plots (passer à gauche puis à droite des plots) jusqu'à la zone d'arrivée.

BUT : Bien passer derrière les plots et en oublier aucun.

⇒ Les élèves sont séparés sur les ateliers et répètent l'exercice jusqu'au signal indiqué par moi-même passer à l'exercice suivant (3min par ateliers).

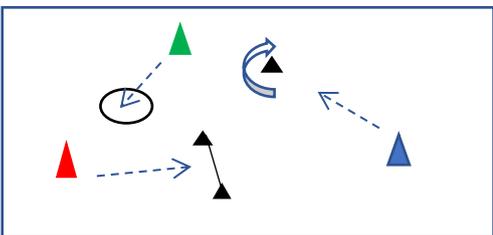
Rappel sécurité : quand j'ai fini mon passage je passe sur le côté pour attendre mon tour sans déranger mes camardes.

CHANGEMENT DES GROUPES

(Le groupe rouge prend la place du groupe bleu pour que tous les élèves essayent les différents exercices)

Situation 2 : Parcours relai en triangle.

Les deux équipes sont toujours divisées. Le même parcours est réalisé par les deux groupes en même temps.



Les élèves sont divisés par petits groupes. Ils partent à différents endroits dans la cour.

3 départs différents :

1/ **plot vert** : lorsque l'élève reçoit le témoin (ici un torchon) il doit aller le donner à son camarade en réalisant 3 sauts à cloche pieds dans le cerceau.

2/ **plot rouge** : lorsque l'élève reçoit le témoin, il doit aller le donner à son camarade en sautant au-dessus de la haie.

3/ **plot bleu** : lorsque l'élève reçoit le témoin, il doit aller le donner à son camarade en faisant le tour du plot situé sur son chemin.

Explication : un élève part avec un témoin à la main et doit aller le donner à son camarade en franchissant correctement les obstacles situés sur le parcours.

Bien expliquer que lorsque l'on vient de courir, on se place derrière les camarades qui n'ont pas encore couru pour attendre son tour. Tous les élèves doivent passer à tous les plots.

VARIANTE : Ne pas dépasser les 7 secondes avec le tissu à la main sinon le tissu brûle (force les élève à essayer d'être rapide sans instaurer un esprit de compétition)

BUT : observer les élèves en situation de relais.

Situation 3 : Prévus mais nous n'avons pas eu le temps de la réaliser : JEU DU MENEUR

Toute la classe est regroupé pour cet exercice :

Tout le monde cour, on désigne un meneur qui effectue des situations de courses différents (exemple : courir en levant les bras, courir en marche de l'ours, sauter sur un pied...). Tout le monde doit faire la même chose que le meneur.

On essaye d'introduire l'exercice pour le faire en échauffement durant une prochaine séance.

Attention à la sécurité : escaliers, regarder où courir pour ne pas rentrer dans les autres...

Retour au calme : étirements + bilan de séance

Les élèves se mettent en cercle dans la cour, on demande le silence complet :

- Position debout, on attrape le pied en faisant toucher le talon sur la fesse pour étirer les ischios
- Position debout pieds serrés jambes tendues, on va toucher ses orteils
- Position debout, on se grandit en allant chercher le ciel avec les mains et on se relâche.

+ BILAN AVEC LES ELEVES SUR LA SEANCE (*puis on les fait récupérer leurs affaires et on leurs demandent de se ranger deux par deux en silence devant les escaliers pour retourner en classe*)

b. Analyse détaillée d'une tâche d'apprentissage.

Zoom sur une situation 1 : [cliquez ici pour voir la situation présentée](#)



OBJECTIF	<p>Être capable de mobiliser l'ensemble de ses ressources, pour coordonner les mouvements du corps afin de :</p> <ul style="list-style-type: none">• <u>Atelier 1</u> : réussir à sauter sur un puis deux pieds en fonction de la position des cerceaux.• <u>Atelier 2</u> : réussir à augmenter l'amplitude de ses foulées.• <u>Atelier 3</u> : Être capable de coordonner ses gestes pour toucher rapidement les plots sans arrêter sa course.
BUT POUR L'ÉLÈVE	<p><i>Que faire ?</i></p> <p><u>Atelier 1</u> : sauter dans les cerceaux en ne mettant un seul pied dans chaque cerceau. Lorsqu'il y a deux cerceaux, les deux pieds doivent être au sol. Inversement, lorsqu'il y a un seul cerceau, un des deux pieds ne doit pas toucher le sol.</p> <p><u>Atelier 2</u> : Courir le plus vite possible en posant un seul pied entre chaque plot.</p> <p><u>Atelier 3</u> : Aller toucher à une seule main et dans le bon ordre les plots situés de chaque côté du couloir de course.</p>
CONSIGNE / DISPOSITIF	<p>Nous disposons pour cette situation, composée de différents ateliers, de la moitié de la cour. Celle-ci n'étant pas très grande les ateliers ne seront pas très long. Néanmoins, j'ai choisi d'accentuer sur la répétition. Les élèves passeront en continue sur un atelier jusqu'à un signal de ma part pour changer d'atelier. La répétition et les feedbacks communiqués permettront aux élèves d'adapter leurs comportements à la situation et de corriger leurs erreurs.</p> <p>Les ateliers sont donc courts (seulement 5 rebonds enchainés pour la marelle, 7 foulées pour le travail des amplitudes des pas, et une dizaine de plots à toucher pour la course en zig-zag).</p> <p><u>Atelier 1</u> : je trouvais que l'utilisation des cerceaux était pertinente car il délimite une zone dans laquelle l'enfant doit se situer pour réussir l'objectif (et non pas un point précis qui rendrait la tâche bien moins accessible en ce début de séquence). Les cerceaux sont tous rapprochés les uns des autres pour éviter des conduites typiques liés à des appréhensions des distances.</p>

	<p><u>Atelier 2</u> : l'utilisation des coupelles permet de ne pas mettre en danger les élèves : si l'élève n'arrive pas l'exercice et qu'il pose un pied sur une coupelle il ne risque rien. De plus, ils forcent les élèves à ne pas traîner des pieds sinon ils emporteraient dans leurs courses les plots. J'ai choisi d'augmenter progressivement l'espace entre les plots : plus on arrive aux dernières foulées, plus les élèves ont de la vitesse et peuvent donc allonger leurs foulées.</p> <p><u>Atelier 3</u> : l'utilisation des coupelles forcent les élèves à utiliser d'avantage leurs jambes pour réussir à toucher les plots (car ils sont proche du sol). J'ai choisi d'espacer les plots d'environ un mètre les uns par rapport aux autres, pour obliger les élèves à prendre et à conserver au maximum leur vitesse de course.</p> <p>Les élèves sont répartis en groupes mixtes (3 élèves par ateliers) et débutent les répétitions lors du signal de départ.</p> <p>En ce qui concerne la sécurité, il faut insister sur les retours au point de départ (donner un coté pour passer sans gêner les élèves qui passent). Aucun risque objectif n'est à relever ici.</p> <p>Les élèves réalise le même atelier pendant 2 minutes puis changent au signal sonore (il faut donner un sens de rotation pour éviter les pertes de temps).</p>
<p>CRITERES DE REUSSITES</p>	<p><i>Quand aurais-je réussi ?</i></p> <p>L'exercice est considéré comme réussi lorsque :</p> <p><u>Atelier 1</u> : l'élève saute en ne posant un seul pied dans chaque cerceau sans toucher celui-ci.</p> <p><u>Atelier 2</u> : l'élève ne touche aucune coupelle et réussi à poser un pied entre chacune d'entre-elles.</p> <p><u>Atelier 3</u> : l'élève à toucher tous les plots, le plus rapidement possible, dans le bon ordre indiqué.</p>
<p>CRITERES DE REALISATION</p>	<p><i>Comment faire ?</i></p> <p><u>Atelier 1</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Être concentré sur la tâche pour éviter les erreurs dû à l'inattention, • Prendre son temps dans la réalisation de l'exercice pour éviter les erreurs dû à la précipitation, • Utiliser ses membres libres pour se propulser plus loin, • Pousser longtemps dans le sol pour réussir à sauter et non pas marcher (il doit y avoir une phase ou aucun appui est au sol =phase aérienne). <p><u>Atelier 2</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utiliser ses membres libres pour prendre de la vitesse, • Regarder droit devant pour ne pas s'écraser sur ses appuis, • Ne pas taper du pied au sol, • Avoir le buste légèrement en avant pour allonger les amplitudes des foulées. <p><u>Atelier 3</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Être attentif durant les consignes pour mémoriser l'ordre des plots, • Se baisser lorsqu'on arrive proche d'un plot pour gagner du temps, • Utiliser une seule main pour toucher les plots, • Pousser fort dans le sol a chaque départ en utilisant les bras pour prendre de la vitesse.
<p>VARIABLES DIDACTIQUES</p>	<p>Il est possible de jouer sur les distances à parcourir entre chaque actions (distance entre les plots, les cerceaux...). Il est également possible de jouer sur les hauteurs des plots (à franchir ou à toucher). Enfin, il est possible de proposer un travail de coordination sur le retour vers le départ (exemple : revenir en pas chassés).</p>

CONDUITES ATTENDUES	<p><i>Rappel :</i> Cette situation participe à l'évaluation diagnostique des élèves. Elle permet d'évaluer le placement des élèves durant la course, l'amplitude de ses foulées, de la qualité de ses appuis et de la capacité de coordination et de compréhension. Les élèves doivent apprendre à adapter et à mouvoir leur corps dans l'espace en fonction des situations proposées.</p>
CONDUITES OBSERVEES	<p><i>Qu'ont fait les élèves ?</i> Les élèves ont tous respectés les consignes. De plus ils ont :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Atelier 1 : réussi à sauter et non pas marcher, à mettre un pied dans chaque cerceau. Cependant, j'ai remarqué que les élèves avaient du mal à détacher le regard du sol, ce qui entraîne une position du buste vers l'avant et un corps fermé, les empêchant de sauter haut. Certains, ayant un esprit de compétition bien développé, n'ont cherché qu'à aller vite plutôt qu'être dans une exécution parfaite de l'exercice. Les élèves ne s'aident que très peu des bras qui sont collés au corps ou utilisés seulement lors de déséquilibres. • Atelier 2 : Les élèves tapent du pied et s'écrasent entre chaque foulée ce qui les empêchent d'agrandir l'amplitude de leurs foulées. Ils ont le regard au sol (et donc le buste en avant) et ont tendance à marquer un temps d'arrêt à chaque pas (ce qui limite la vitesse). • Atelier 3 : Certains élèves manquant de concentration et non pas réussi à respecter l'ordre indiqué durant les consignes. De plus, les élèves ont tendance à s'arrêter lorsqu'ils touchent un plot (plus aucune vitesse) ce qui rend leurs reprises de course plus compliquée à chaque fois. Ils utilisent tous une seule main pour toucher la coupelle. <p>Les élèves sont tous très investis et ont réalisés les exercices durant toute la durée demandée.</p>
ANALYSE	<p>Les élèves font ce qui est demandé mais ne font pas attention à la manière dont ils le font. Lors des consignes, je n'ai donné que les buts à atteindre mais je n'ai pas évoqué les membres libres, le regard...</p> <p>Les élèves ne prêtent pas assez d'attention à leurs sensations. Ils n'ont pratiquement jamais fait de sport, il est donc normal qu'ils ne se rendent pas compte que taper du pied par terre les ralentissent car leurs seuls objectifs c'est d'aller vite, d'où un manque de concentration sur certains ateliers.</p> <p>Pour ce qui concerne le regard, les élèves ont besoins, et c'est naturel, de regarder ou ils vont. Il faudra travailler se rapport avec l'espace.</p>
PERSPECTIVES	<p>Il faudra trouver une solution pour que les élèves arrêtent de se précipiter sur tous les ateliers, c'est-à-dire trouver un moyen d'enlever cet esprit de compétition permanent.</p> <p>Pour ce qui est du regard, il faudra travailler des courses dans toutes les directions pour que l'élève prennent conscience et confiance en son corps et de ses appuis. Je pense que lorsque les élèves n'auront plus aucunes appréhensions de sauter dans les cerceaux, ils arriveront à détacher le regard.</p>

Bilan :

Cette séance nous a permis de découvrir les élèves, de même pour eux. Nous avons trouvé les élèves très impliqués et investis. Ils voulaient à tout prix montrer les exercices et participer en répétant les consignes. Les élèves étaient plutôt attentifs et sages.

A travers cette séance nous avons pu mettre en place une « routine » particulièrement à l'échauffement et au retour au calme. Nous pensons que cela nous permettra de gagner du temps lors des prochaines séances. Sur le plan moteur, les élèves n'ont pas une coordination très développée mais ils essayent tous. Cela se ressent à l'échauffement, certains n'arrivent pas à distinguer les montées de genoux des talons aux fesses. Au niveau de la vitesse de déplacement, certains arrivent à aller vite tandis que d'autres ont plus de difficultés.

Dans cette classe, nous avons remarqué que deux élèves rencontrent des difficultés selon nous sur le plan moteur et/ou psychologique (Lou et Adam). Adam rencontre plus des difficultés motrices dû à sa corpulence qui le handicape dans la réalisation de certains mouvements. Nous pensons qu'il n'a pas dû être souvent confronté à la pratique sportive ce qui pourrait également expliquer cette différence de niveau. Lou étant une petite fille très réservée et souvent « dans son coin », elle a du mal à exprimer son dynamisme lors de la pratique. Nous pensons que Lou ne veut pas se mettre en avant dans un groupe dû à sa timidité. Elle est tout de même très impliquée, elle participe à tous les exercices, mais reste « effacée ».

En ce qui concerne les conduites typiques des élèves remarqués durant les premières séances, nous vous invitons à consulter l'évaluation diagnostique ci-dessous.

Aucun élève n'a réellement de problème d'écoute à première vue mais il arrive parfois certains soient distraits. Il faudra faire comprendre à certains que le sport n'est pas une récréation (par la mise en place de règles d'or par exemple).

En ce qui concerne notre intervention, nous sommes contentes de l'écoute que nous porte les élèves. Ils n'hésitent pas à nous parler et nous poser des questions. Nous nous sommes senties à l'aise et confiantes pour les séances à venir. Nous avons conscience que la taille de la cour peut être un handicap, ce sera à nous de trouver des alternatives.

Nous tirons un bilan positif à cette première séance, ainsi que les situations à améliorer par la suite.

[Retour à la table des matières](#)

c. Compte rendu de l'évaluation diagnostique

Découpage de l'activité	Comportements observés	Hypothèses explicatives	Ressources impliquées
Les placements	La plupart des élèves ne se tiennent pas droit lors de la course, ils regardent leurs pieds donc leur tête n'est pas redressée. Ils ne se grandissent pas.	Le buste est en avant car il suit la trajectoire de course et la position de la tête. Pour le regard, les élèves ont besoins de voir où ils posent les pieds : le regard guide la trajectoire de course.	Ressources motrices

La foulée	La foulée est lourde, les élèves tapent des pieds, ils n'utilisent pas le sol comme ressort (ils s'écrasent entre chaque pas et ne cherche pas à « rebondir » en sortant de chaque foulée). De plus, les amplitudes des foulées varient d'un pas à l'autre.	Les élèves ne savent pas courir autrement, ils n'en n'ont pas conscience. Ils « tapent » des pieds lors de la course car pensent aller plus vite grâce à cette méthode.	Ressources motrices
La position de départ	Les élèves partent les deux pieds joints, les jambes tendues, le buste droit, les bras dans le prolongement du corps sans forcément être concentré sur l'exercice à réaliser.	Les élèves n'ont pas connaissances de la position de départ, personne ne leurs a appris. Ils ne savent pas qu'elle facilite le départ et la prise de vitesse.	Ressources motrices
Les segments libres	Les élèves n'utilisent pas leurs bras pour se propulser. Les bras sont tendus, le long du corps empêchant l'efficacité du mouvement et les gênants lors de la course.	Ils ne savent pas encore que les membres libres jouent un rôle pour la vitesse. Dû à un manque de coordination, les élèves se focalisent davantage sur leurs appuis pour ne pas tomber que sur leurs segments libres.	Ressources motrices Ressource informationnelles
Gestion de l'effort	Les élèves partent trop vite, ils sont rapidement essoufflés et ne profitent pas des temps de repos.	Toujours la notion de course, de compétition : les élèves veulent toujours arriver les premiers.	Ressources physiologiques
Coordination des mouvements	La coordination des membres reste compliquée (souvent une jambe monte plus que les autres) Certains ne dissocient pas des gestes simple (ex montée de genou à la place des talons aux fesses). Les élèves regardent trop les obstacles : le regard guide la trajectoire de course.	Manque de motricité, les élèves ont du mal à faire plusieurs choses à la fois, ce qui peut être expliqué par un manque de motricité. La motricité spécifique n'est pas innée.	Ressources motrices
Temps de réactions	Les élèves ne sont pas concentrés lors des départs, ils mettent du temps à partir. Certains veulent aller trop vite et donc se précipite en anticipant leurs départs tandis que d'autres captent les signaux de départs tardivement.	Certains élèves manquent de concentration car ils préfèrent parler avec le copain, faire l'intéressant devant la classe ou se focaliser sur actions des autres plutôt que sur soi-même (par peur que celui-ci parte avant lui). La longueur des temps de réaction peut être expliqué par l'interception tardive des informations visuelles et/ou sonore.	Ressources informationnelles
Respect des consignes	Les élèves étaient globalement attentifs aux consignes sauf pour certains qui étaient distrait. Certains cherchent à tout prix à	Les élèves étant séparés en deux groupes, leur attention se portait souvent sur l'autre groupe (volonté de toujours	Ressource psycho- sociologiques

	se mettre en avant dans le groupe en faisant le clown.	savoir ce que les autres font). Certains ressentent un besoin d'attention permanent ce qui explique cette nécessité de toujours vouloir être mis en avant.	
Relation avec les autres	Ils s'entendent bien mais ne se soutiennent pas beaucoup. On sent un esprit de compétition permanent, d'où des certaines moqueries envers les uns et les autres. Aucun problème de mixité.	Ils n'ont pas conscience que les encouragements sont utiles à la performance et à la motivation. Certains associent toujours le sport à la compétition, ce qui pourrait expliquer cette volonté de toujours vouloir gagner.	Ressources psychologiques

Evaluation critériée du stagiaire en situation			
NOM : CHAVY	Prénom : Alexandra	Visite du 20 septembre 2021	TOTAL = 17 / 20
P1. Maîtriser les savoirs disciplinaires et leur didactique (les APSA)			
La préparation est rigoureuse (le stagiaire sait ce qu'il souhaite enseigner)		4	3,5
Les tâches présentent un intérêt didactique (= elles permettent « d'apprendre quelque chose »)			
Les obstacles didactiques qui permettent d'apprendre sont identifiés			
Les tâches permettent aux élèves de progresser selon leurs ressources (pertinence des situations = ni trop faciles, ni trop difficiles) tâches sont ajustées au thème de la séance (mises en évidence de liens intelligibles et logiques entre les objectifs et les tâches motrices) Les tâches s'inscrivent dans une progression (prise en compte d'un « avant » et projection vers un « après »)			
P 2. Maîtriser la langue française dans le cadre de son enseignement			
Le stagiaire utilise un langage clair et adapté aux capacités de compréhension des élèves		2	2
Il s'exprime en utilisant un français grammaticalement correct.			
P 3. Construire, mettre en œuvre et animer des situations d'ens. et d'app. prenant en compte la diversité des é			
La tâche fonctionne rapidement (explications efficaces sans pertes de temps inutiles)		6	5
Le stagiaire se place correctement devant tous les élèves			
Il manifeste lui-même de l'envie, du plaisir, un certain dynamisme (comportement enthousiaste)			
Il adapte ses formes de communication il sait utiliser le « visuel » (gestuel, démonstrations, dessins...), et le « verbal » (explications orales)			
La séance est rythmée (pas monotone) et les élèves manifestent de l'attention, de l'écoute			
Les élèves respectent les consignes de l'intervenant. Ils connaissent et appliquent les règles qui permettent d'agir en sécurité			
Le bruit est acceptable, pas d'indiscipline manifeste, ou de comportements déviants			
Le stagiaire sait comment intervenir si des comportements inadaptés se développent			
L'organisation des tâches motrices permet un temps d'engagement moteur important des élèves			
Les tâches sont adaptées à la diversité des élèves (modalités de différenciation)			
Les tâches proposées suscitent l'envie de s'engager et d'apprendre (dimension « hédonique » ou « ludique »)			
Les objectifs visés sont rendus explicites pour faire construire avec les élèves le sens des apprentissages			
Les tâches sont balisées pour guider les élèves (critères de réussite clairs, annoncés, et facilement repérables dans l'environnement)			
Le stagiaire gère le temps de la séance pour « faire apprendre » mais en évitant l'ennui			
Le matériel et les installations sont utilisés en maximisant la sécurité des enfants.			
P 4. Organiser et assurer un mode de fonctionnement du groupe favorisant l'apprentissage et la socialisation			
Le stagiaire installe avec les enfants une relation de confiance et de bienveillance et un climat propice à l'apprentissage		4	3,5
Tous les enfants sont impliqués et participent (pas seulement les plus performants)			
La séance est propice aux interactions sociales entre les enfants			
P 5. Etayer l'activité d'apprentissage - Évaluer les progrès et les acquisitions des élèves			
Le stagiaire se place de façon à observer tous les élèves (« balayages du regard » réguliers)		4	2,5
Il repère les difficultés des élèves et il utilise différents moyens pour les aider à progresser en adaptant ses réponses à chacun (étayage)			
Le stagiaire apporte aide les élèves dans les tâches mais il leur laisse aussi la part d'initiative et de tâtonnement propice aux apprentissages			
Il informe régulièrement l'apprenant sur la connaissance des résultats de son action, il le guide vers la réussite			
Un bilan de la séance est réalisé en impliquant les élèves			
À l'échelle de la séquence des outils permettant l'éval. des progrès et du degré d'acquisition des compétences sont construits et exp			

Ce que nous avons retenu du bilan de monsieur Leca :

-Il faut davantage tracer les lignes d'arrivées afin de donner un but concret aux élèves.

-Le temps d'engagement moteur était optimal.

-Notre manière de s'adresser aux élèves est efficace : les consignes sont claires et simples.

- « Vous avez réussi à enseigner l'activité plutôt que de seulement animer le groupe »

-Echauffement en lien avec l'activité, efficace dû à la possibilité répétitions des gammes pour permettre aux élèves de se corriger.

3/ ELABORER UN PROJET DE SEQUENCE

LE SAVOIR

A/ MODE D'ENTREE DANS L'ACTIVITE :

Nous avons choisi d'entrée dans l'activité par l'exploration : en proposant toutes sortes de modalités de courses travaillant les appuis et l'équilibre des élèves dans le but d'améliorer leurs placements et déplacements (avec l'aide des membres libres) pour gagner en vitesse. On cherche donc à les faire courir plus vite seul(s) puis à plusieurs dans le but de créer un vrai relai de vitesse. Nous avons donc choisi de se centrer sur une amélioration des performances individuelles dans le but d'aller vers une performance collective.

LES TEXTES OFFICIELS : PROGRAMMES

Nous enseignons à des élèves de CE2/CM1 qui doivent donc développer des compétences du cycle 2.

B/ CHAMP D'APPRENTISSAGE :

Chaque champ d'apprentissage permet aux élèves de construire des compétences intégrant différentes dimensions (motrice, méthodologique, sociale), en s'appuyant sur des activités physiques sportives et artistiques (APSA) diversifiées. Les champs d'apprentissages correspondant à notre activité qui est l'athlétisme sont :

- Produire une performance optimale, mesurable à une échéance donnée.
- Adapter ses déplacements à des environnements variés.

C/ COMPETENCES TRAVAILLE EN ATHLETISME (course) :

- Développer sa motricité et construire un langage du corps »
 - ✓ Prendre conscience des différentes ressources à mobiliser pour agir avec son corps.
 - ✓ Adapter sa motricité à des environnements variés
- S'approprier seul ou à plusieurs par la pratique, les méthodes et outils pour apprendre
 - ✓ Apprendre par essai-erreur en utilisant les effets de son action
- Partager des règles, assumer des rôles et des responsabilités pour apprendre à vivre ensemble
 - ✓ Élaborer, respecter et faire respecter règles et règlements.
 - ✓ Accepter et prendre en considération toutes les différences interindividuelles au sein d'un groupe
- Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière
 - ✓ Ne pas se mettre en danger par un engagement physique dont l'intensité excède ses qualités physiques.
- S'approprier une culture physique sportive et artistique
 - ✓ Exprimer des intentions et des émotions par son corps dans un projet artistique individuel ou collectif.

D/ ATTENDUS DE FIN DE CYCLE 2 :

- Courir et sauter à des intensités et des durées variables dans des contextes adaptés.
- Savoir différencier : courir vite et courir doucement (=appréhender les allures)
- Accepter de viser une performance mesurée et de se confronter aux autres.

Quelle que soit l'activité athlétique, l'enjeu est de confronter les élèves à une performance qu'ils peuvent évaluer. Ils doivent, tout au long du cycle, en mobilisant toutes leurs ressources, agir sur des éléments de leur motricité spontanée pour en améliorer la performance.

E/ COMETENCES TRAVAILLES PENDANT LE CYCLE :

- Pendant l'action, prendre des repères extérieurs à son corps pour percevoir : espace, temps, durée et effort.
- Transformer sa motricité spontanée pour maîtriser les actions motrices ; courir et sauter
- Mobiliser de façon optimale ses ressources pour produire des efforts à des intensités variables.
- Respecter les règles de sécurité édictées par le professeur.

LES ELEVES

F/ SUJET EPISTEMIQUE :

- **Sur le plan moteur** => à cet âge-là (8/9 ans) l'élève a besoin de se dépenser et est peu fatigable. Il développe sa motricité (il est de plus en plus habile car sa force musculaire de même que son endurance continue de se développer). Il construit un langage corporel propre à l'activité. C'est également à cet âge-là qu'il est propice de développer la coordination et la vitesse d'exécution.
- **Sur le plan affectif** => L'enfant est influençable durant cette période. Il a besoin d'appartenir à un groupe (peur du jugement) et de se sentir encourager. Il veut également toujours se montrer, se mettre en avant par rapport aux autres.
- **Sur le plan informationnel** => L'élève est toujours distrait : il veut toujours voir ce qu'il se passe à côté, d'où un manque d'attention lors de la présentation des consignes comme pendant la réalisation des exercices. De plus, il se lasse vite (quand les situations sont trop simples) et se décourage facilement (quand les situations sont trop compliquées).
- **Sur le plan psychologique** => L'élève est volontaire et veut participer. Il vient avec plaisir en EPS.

G/ EVALUATION DIAGNOSTIQUE : RESUME

Globalement les élèves :

- Savent courir, cependant ils n'adoptent la bonne posture. Ils se penchent trop en avant en pensant aller plus vite dans cette position, ils « tapent des pieds » sans s'en rendre compte.
- Partent les deux pieds joints, les jambes tendues, le buste droit sans forcément être concentré sur l'exercice à réaliser.
- Partent sans gérer leurs allures (même lorsqu'ils découvrent un exercice, ils veulent être le plus rapide) au détriment de la technique (ils ne s'appliquent pas forcément), ils se précipitent.
- Les élèves ne craignent pas de franchir des obstacles, ni de sauter (que ce soit sur un pied ou sur les deux) cependant ils n'utilisent pas leurs bras pour s'équilibrer.
- Ils arrivent à s'adapter aux différents exercices après quelques passages (que ce soit sauter par-dessus quelque chose ou dans un cerceau, courir droit ou en slalomant, réaliser des appuis)
- Les élèves s'entendent bien mais ne s'encourage pas, voir se critique.
- Ils sont tous impliqués, ils cherchent à participer et à aider.

H/ OBJECTIF DE SEQUENCE

Canaliser son énergie pour courir plus vite dans différentes situations en ayant appris à :

- **Se propulser efficacement et réagir le plus vite possible à un signal afin de prendre un départ rapide et de maintenir sa vitesse ;**
- **Améliorer sa foulée afin d'acquérir des appuis solides pour gagner en vitesse ;**
- **Contrôler son équilibre en utilisant les membres libres ;**
- **Donner et recevoir un témoin en perdant le moins de vitesse possible durant un relai qui se succède mais aussi au cours d'un relai qui s'enchaîne.**

I/ TRANSFORMATIONS ATTENDUES SUR LE PLAN MOTEUR

PASSER DE...	A...
Départ deux pied sur la même ligne, en avant du point de départ.	Départ pieds et bras décalés, jambes semi-fléchies, derrière la ligne de départ : se mettre en tension comme un ressort.
Course saccadée : les pieds « tapent au sol », les élèves s'écrasent à chaque foulées et les foulées sont irrégulières.	Course fluide : dérouler son pied en faisant le moins de bruit possible et augmenter l'amplitude de ses foulées.
Temps de réaction lent aux repères sonores (et/ou visuel), car l'élève n'est pas prêt d'où le départ lent.	Savoir se concentrer et se préparer pour réagir vite aux signaux sonores (et/ou visuel) et partir plus vite au départ.
Trajectoires de courses non contrôlées. Les élèves n'arrivent pas à courir droit.	Savoir adapter sa trajectoire en fonction de l'exercice : apprendre à piloter son corps dans un environnement varié.
Courir sans s'aider des membres libres (gestes involontaires).	Courir en s'aidant des membres libres pour s'équilibrer et pour se propulser (volonté d'utiliser ses bras).
Ne pas finir l'action motrice jusqu'au bout (ex : s'arrêter avant la ligne d'arrivée).	Faire l'exercice précisément dans sa totalité : s'appliquer jusqu'au bout.
Regard au sol.	Regard droit devant pour placer son corps au-dessus de ses appuis.
Ne pas être capable de différencier son allure de course.	Savoir identifier son allure : est-ce que je cours vite ou lentement.
Jeter le témoin à son partenaire qui n'est pas près à le recevoir et sans le regarder.	Savoir donner précisément sans jeter un témoin à son camarade qui attend le relayeur.
Réceptionner le témoin face à son camarade, sans faire attention à son départ.	Réceptionner le témoin, dos à son camarade, bras tendus, main en pince prêt à prendre en main le témoin.
Ne pas être capable de trouver et maintenir son équilibre sur un pied.	Être capable de s'équilibrer, se rééquilibrer sur un pied grâce aux membres libres notamment.

J/ TRANSFORMATIONS ATTENDUES POUR LE SOCLE COMMUN

PASSER DE...	A...
Non-respect des consignes : l'élève fait ce qu'il veut.	Respect des consignes : l'élève fait ce qui est demandé.
Doubler son camarade et le gêner durant sa préparation.	Attendre son tour sans gêner les autres.
Se laisser distraire pendant les explications et les exercices.	Arriver à écouter les consignes, à les réexpliquer et à se focaliser seulement sur soi pendant les exercices.
Se moquer d'un camarade.	Encourager son camarade et lui prodiguer des conseils.
Travailler toujours avec les mêmes camarades.	Accepter de travailler avec tout le monde.
Parler sans en avoir autorisation.	Demander et attendre d'avoir la parole.
Faire l'exercice sans la permission.	Attendre l'autorisation avant d'effectuer un exercice.
Ne pas être capable de participer en étant concentré durant un travail d'équipe.	Réalisé et être impliqué dans un travail d'équipe pour atteindre un objectif commun.

[Retour à la table des matières](#)

3/ PRESENTATION CHRONOLOGIQUE DES SEANCES

A/ Séance 2 : 21 septembre 2021

DATE : 28 sep. 2021

ACTIVITE : Athlétisme

SEANCE : n°2

THEME : Coordination et travail d'appuis

NOMBRES D'ELEVES : 22

Prise en main du groupe :

Les élèves arrivent dans la cour, posent leurs bouteilles et s'assoient sur les murets d'un côté de la cour comme ils en ont l'habitude.

Nous nous plaçons devant eux et demandons le silence pour que l'on puisse avoir leurs attentions.

Nous leur demandons si tout va bien et on leur pose des questions sur la dernière séance effectuée pour voir s'ils se souviennent des exercices proposés (résumer des différents ateliers).

Ensuite nous leur expliquons le déroulement de la séance (échauffement, ateliers...) avec les différentes situations prévues tout en rappelant brièvement les consignes ainsi que les règles de sécurité.

Echauffement : Rappel : *Nous avons choisi de commencer chaque séance par des échauffements pour instaurer une petite routine et pour développer la coordination des élèves (nous trouvons que l'échauffement pour l'activité d'athlétisme est utile, il sert à apprendre quelque chose).*

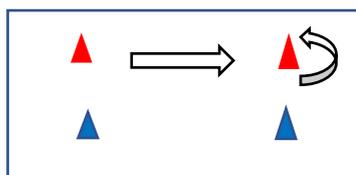
1/ Course :

Les élèves courent pendant 3 min dans la cour pour « mettre en route » le corps, se dégourdir. Durant la course, on demande le silence car nous allons donner des consignes. Par exemple, on pourra leur demander de se mettre accroupi puis de se remettre à courir, d'effectuer 3 rebonds sur place, lever les bras, courir en arrière...

2/ Les gammes :

Création de deux équipes (rouges et bleus qui seront conservés durant toute la séance) qui se placent en colonne derrière le plot de départ.

Consignes : Aller d'un plot à l'autre en effectuant les exercices demandés, puis revenir au plot de départ en trottinant en passant par le côté indiqué.



Comme la semaine dernière, nous avons choisi de faire passer les élèves deux fois sur un même exercice pour insister sur les consignes.

Les élèves peuvent partir quand le camarade devant eux a dépassé le torchon au sol.

Exercices demandés : (nous donnons les consignes chacune à notre tour)

- **Des montés de genoux** (monter les genoux au ciel/ les monter le plus vite possible en tapant les genoux dans nos mains (tendre les bras à l'oblique base et toucher les mains avec les genoux))
- **Des talons fesses** (Mettre les mains sur les fesses et toucher avec les talons les mains/ le faire le plus rapidement possible)
- **Dissociation segmentaire** : **jambe droite = montée de genou, jambe gauche = jambe tendue devant** (aller doucement pour comprendre / ne pas monter les deux jambes en même temps)
- **Faire la même chose mais avec l'autre jambe fléchie** (se tenir droit)

- **Battements de jambes avant (=tirade)** (les orteils regardent le ciel/ tendre les jambes au maximum)
- **Battements de jambes vers l'arrière** (ne pas se pencher en avant / conserver les bras coller aux oreilles)
- **Sprint** (aller-retour : sur le retour, on tape dans la main du camarade pour que celui-ci démarre le sprint à son tour) => attention : bien faire le tour du plot.

En plus des consignes orales, nous montrons (=démonstration) chaque exercice pour que tout le monde puisse le visualiser.

Situation 1 : travail d'appuis

Comme la semaine dernière, nous avons choisi d'intervenir en même temps sur la classe mais sur deux groupes séparés. Nous conservons les groupes de l'échauffement (qui sont mixtes). Chaque groupe se distingue par une couleur (rouge ou bleu) qui permet aux élèves de ne pas se mélanger.

Pour cela nous séparons la cour en deux zones distinctes et proposons deux parcours avec différents ateliers.
BUT : continuer l'analyse des conduites typiques des élèves, leurs comportements face à des exercices d'appuis.

Parcours ALEXANDRA :

ATELIER 1 : TRAVAIL D'APPUIS (pour analyser la coordination des appuis) 

- **consignes** : marcher (ou courir si possible) dans les cerceaux sauf dans les cerceaux d'une certaine couleur (ex : sauf dans les cerceaux bleus) et revenir au point de départ en course arrière (se retourner dès que l'enfant voit apparaître dans son champ de vision le torchon au sol).

BUT : Ne pas toucher les cerceaux bleus, regarder droit devant lors de la course arrière.

ATELIER 2 : COURSE LATÉRAL

- **consignes** : courir latéralement en slalomant entre les plots. Revenir au point de départ en réalisant des foulées bondissantes.

BUT : Contourner les plots sans les toucher.

⇒ Les élèves sont séparés sur les ateliers et répètent l'exercice jusqu'au signal indiqué par moi-même passer à l'exercice suivant. (3min par ateliers).

Parcours ALISON :

ATELIER 1 : PARCOUR DE COORDINATION

- **consignes** : courir en mettant un pied entre chaque latte puis sauter à cloche pied (sur le pied fort) dans les cerceaux, puis aller faire le tour du plot pour faire demi-tour. Sur le retour, faire le tour de tous les plots en courant pour aller taper dans la main du prochain qui pourra démarrer l'exercice.

BUT : Ne pas s'arrêter durant toute la réalisation de l'exercice, ne toucher aucun plot lors de la course.

ATELIER 2 : SAUT DE HAIES

- **consignes** Sauter au-dessus des haies, un pied après l'autre en réalisant au maximum deux pas entre chaque haie.

BUT : Ne jamais s'arrêter durant toute la réalisation de l'exercice.

⇒ Les élèves sont séparés sur les ateliers et répètent l'exercice jusqu'au signal indiqué par moi-même passer à l'exercice suivant (3min par ateliers).

Rappel sécurité : quand j'ai fini mon passage je passe sur le côté pour attendre mon tour sans déranger mes camarades.

CHANGEMENT DES GROUPES

(Le groupe rouge prend la place du groupe bleu pour que tous les élèves essayent les différents exercices)

Situation 2 : Travail de la vitesse par équipe

Les deux équipes sont toujours divisées. Des situations différentes sont proposées dans les deux parties de la cour.

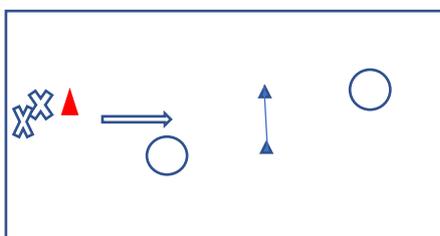
Situation ALEXANDRA :

JEU DU DEMENAGEUR

Les élèves sont redivisés en 2 équipes mixtes et homogènes.

Les élèves doivent, chacun à leur tour, courir pour aller prendre un objet situé dans le premier cerceau, puis sauter au-dessus de la haie pour aller le déposer dans le second cerceau. Sur le retour, il doit repasser au-dessus de la haie et aller taper la main de son camarade qui prendra le relais et devra effectuer la même course. L'atelier prend fin quand tous les objets ont été déplacés d'un cerceau à l'autre.

BUT : Être l'équipe la plus rapide à déplacer tous les objets d'un cerceau à l'autre.



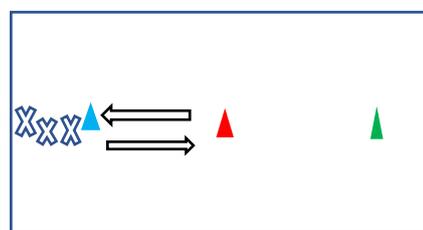
Situation ALISON :

JEU D'ENDURANCE

Les élèves sont redivisés en 2 équipes mixtes et homogènes.

Lorsque le signal sonore est donné, le premier élève de chaque colonne doit partir toucher le premier plot situé devant lui. Il doit ensuite revenir touché à une main le plot situé au départ avant d'aller toucher le second plot situé plus loin puis revenir toucher le plot de départ et ainsi de suite. Plus il y a de plots, plus la distance à parcourir est grande (travail de l'endurance vitesse). Lorsqu'il a fini l'exercice, l'élève tape dans la main de son camarade qui devra effectuer la même course.

BUT : Perdre le moins de vitesse possible pour être l'équipe la plus rapide. Attention, il faut bien toucher chaque plot avec sa main.



Rappel sécurité : quand j'ai fini mon passage je passe sur le côté pour attendre mon tour sans déranger mes camarades.

CHANGEMENT DES GROUPES

(Le groupe rouge prend la place du groupe bleu pour que tous les élèves essayent les différentes situations)

Situation 3 : Prévus mais nous n'avons pas eu le temps de la réaliser : JEU DU MENEUR

Toute la classe est regroupée pour cet exercice :

Tout le monde court, on désigne un meneur qui effectue des situations de courses différentes (exemple : courir en levant les bras, courir en marche de l'ours, sauter sur un pied...). Tout le monde doit faire la même chose que le meneur.

On essaye d'introduire l'exercice pour le faire en échauffement durant une prochaine séance.

Attention à la sécurité : escaliers, regarder où courir pour ne pas rentrer dans les autres...

Retour au calme : étirements + bilan de séance

Travail d'équilibre pour le retour au calme :

Les élèves se mettent en cercle dans la cour, tout le monde se tient la main.

- ⇒ Etape 1 : plus personne ne doit bouger pendant 10 secondes
- ⇒ Etape 2 : tout le monde doit se mettre sur un pied (tenir la position pendant 10 secondes)
- ⇒ Etape 3 : on change de pied (tenir pendant 10 secondes)
- ⇒ Etapes 4 : choisir un pied, tenir seul sans se tenir pendant au moins 5 secondes

On essaye de reproduire chaque étapes deux ou trois fois pour que les élèves aient plusieurs tentatives.

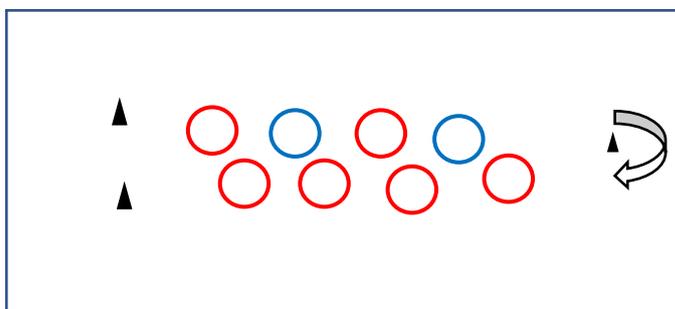
Etirements rapidement dans le silence :

- Position debout, on se grandit en allant chercher le ciel avec les mains et on se relâche.

+ BILAN AVEC LES ELEVES SUR LA SEANCE (puis on les fait récupérer leurs affaires et on leurs demandent de se ranger deux par deux en silence devant les escaliers pour retourner en classe)

ZOOM : Situation 1, atelier 1

[Cliquez ici pour retrouver la situation présentée](#)



OBJECTIF	Être capable de mobiliser l'ensemble de ses ressources, pour coordonner les mouvements du corps afin de poser un pied dans chaque cerceau sauf dans les cerceaux bleus. Courir en arrière en fixant un point droit devant sur le retour.
BUT POUR L'ÉLÈVE	<i>Que faire ?</i> Départ entre les deux plots, puis courir en posant un seul pied dans chaque cerceau en évitant les cerceaux bleus. Revenir au point de départ du côté indiqué en course arrière jusqu'à apercevoir le torchon au sol dans son champ de vision.
CONSIGNE / DISPOSITIF	Comme pour la première séance, nous avons créé un parcours mais cette fois ci avec seulement deux ateliers. Ils sont plus long que la semaine dernière. Les élèves passeront en continu sur un atelier jusqu'à un signal de ma part pour changer d'atelier. La répétition et les feedbacks communiqués permettrons aux élèves d'adapter leurs comportements à la situation et de corriger leurs erreurs.

	<p>Concernant les <u>consignes</u>, elles sont toujours minimalistes, car l'objectif est de voir l'habitude des élèves, leurs comportements habituels.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Ne pas poser de pieds dans les cerceaux bleus. ➤ Courir. ➤ Passer du côté droit pour revenir en course arrière en fixant un point droit devant. <p>Pour le <u>dispositif</u>, l'utilisation des cerceaux est pertinente car ils délimitent une zone dans laquelle atterrir et non pas un point précis. Ils sont très rapprochés les uns des autres, le but étant de travailler la coordination et pas l'amplitude des foulées. Ils ne présentent aucun risque pour les élèves, ils peuvent marcher dessus sans problèmes.</p> <p>Les élèves sont répartis en groupes mixtes (5 élèves par ateliers) et débutent les répétitions lors du signal de départ.</p> <p>En ce qui concerne la <u>sécurité</u>, il faut insister sur les retours au point de départ (tous les élèves doivent passer du même côté pour le retour pour éviter les accidents). Aucun risque objectif n'est à relever ici.</p> <p>Les élèves réalisent le même atelier pendant 3 minutes puis changent au signal sonore (il faut donner un sens de rotation pour éviter les pertes de temps).</p>
CRITERES DE REUSSITES	<p><i>Quand aurais-je réussi ?</i></p> <p>L'exercice est considéré comme réussi lorsque que l'élève pose un pied dans tous les cerceaux sauf dans les bleus et qu'il retourne au plot en course arrière en fixant un point droit devant.</p>
CRITERES DE REALISATION	<p><i>Comment faire ?</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Être concentré sur la tâche pour éviter les erreurs dû à l'inattention, • Prendre son temps dans la réalisation de l'exercice pour éviter les erreurs dû à la précipitation (il faut courir, mais ne pas aller trop vite), • Utiliser ses membres libres pour s'équilibrer, • Ne pas se laisser déconcentrer si l'on pose un pied dans un cerceau bleu, c'est-à-dire finir l'exercice, • Prendre confiance en soi pour la course arrière pour réussir à ne pas fixer le sol (en réalisant des petits pas par exemple). • Avoir le buste le plus droit possible pour éviter les déséquilibres (vers l'avant ou l'arrière).
VARIABLES DIDACTIQUES	<p>Il est possible d'augmenter le nombre de cerceaux bleus mais aussi d'augmenter la distance entre les cerceaux ou de demander une plus grande vitesse de déplacement. Plusieurs couleurs de cerceaux peuvent être interdites pour complexifier la tâche à réaliser.</p>

CONDUITES ATTENDUES	<p><i>Rappel :</i></p> <p>Cette situation participe à l'évaluation diagnostique des élèves. Elle permet d'évaluer la capacité de coordination et de concentration des élèves</p> <p>A travers cette situation, les élèves doivent apprendre à adapter et à mouvoir leur corps, à choisir ou poser et quand poser le pied au sol, et à découvrir l'espace arrière. Il est attendu des élèves qu'ils arrivent à ne poser aucun pied dans les cerceaux bleus et à lever la tête durant la course arrière.</p>
CONDUITES OBSERVEES	<p><i>Qu'ont fait les élèves ?</i></p> <p>Les élèves ont tous respectés les consignes. Cet atelier c'est avéré compliqué pour certains que se précipitent dans tous ce qu'ils font. Durant les premiers essais, la</p>

	<p>plupart des élèves se rendaient compte de l'erreur une fois que le pied était déjà posé au sol. Cela montre que leurs mouvements dans la course est automatique et qui ne contrôle pas leurs actions. Il a fallu une grande concentration pour certains pour réussir à éviter un des deux cerceaux bleus. En effet, à force des répétitions, le premier cerceau bleu est évité mais le second est souvent oublié.</p> <p>Malgré les difficultés, les élèves ne se sont pas découragés et on continue les répétitions.</p> <p>Pour ce qui concerne la course arrière, les élèves ont tendance à regarder devant pour les deux premiers pas, mais à retrouver leurs habitudes de fixer le sol rapidement. De plus ils ont tendance à tourner la tête et à ne pas utiliser leurs bras.</p> <p>Les élèves sont tous très investis et ont réalisés les exercices durant toute la durée demandée.</p>
ANALYSE	<p>Cet atelier demande de contrôler chaque foulée qui sont souvent automatisés chez les élèves (à force de courir dans la cour de récréation par exemple, ils ne regardent plus ou ils posent les pieds). Il faut donc que les élèves arrivent à changer leurs habitudes, et c'est très compliqué. La coordination n'est pas innée et cet atelier est révélateur de ce phénomène. La précipitation est également l'un des facteurs de l'échec pour certains qui veulent toujours tout faire vite (pour impressionner ou pour ne pas être vu par les autres).</p> <p>Pour la course arrière, les élèves ont encore des appréhensions, et c'est bien normal. Ce n'est pas naturel de courir en arrière. Ils ont donc besoins de se fier à ce qu'ils connaissent, leurs repères visuel (ils ont besoins de voir où ils vont) c'est pourquoi ils tournent la tête ou fixe le sol.</p>
PERSPECTIVES	<p>Il faudra trouver une solution pour que les élèves arrêtent de se précipiter sur tous les ateliers, c'est-à-dire trouver un moyen d'enlever cet esprit de compétition permanent ou de donner confiance aux élèves ne voulant pas se montrer.</p> <p>Pour ce qui concerne la coordination, nous continuerons de la travailler à l'échauffement notamment et sur des petits ateliers pour que tous les élèves développent cette capacité à enchaîner des actions différencier pour réaliser une action finale.</p>

Bilan :

Les routines mise en place lors de la dernière séance nous ont permis d'être plus efficace et les élèves se sont familiariser avec les enchainements effectués. Lors de l'échauffement, les gammes commencent à être comprises mais la réalisation reste compliquée.

A la suite de cette séance nous avons remarqué que notre thème sur la coordination était compliqué pour les élèves que ce soit pour la compréhension mais aussi lors de l'application des ateliers. C'est pourquoi nous avons dû ajuster certains exercices pour qu'ils soient plus accessible pour tous (=manque de capacités motrices). De plus nous avons constaté que les élèves étaient plus agités que lors de la première séance, nous avons dû les reprendre à plusieurs reprises car cette séance demandait beaucoup d'attention pour faciliter la compréhension.

Globalement les élèves ont bien travaillé, ils sont toujours autant investis, même lorsqu'ils n'arrivent pas au premier essai un atelier. Enfin une progression sur certains ateliers a été visible après de nombreuses répétitions. Lors des jeux de vitesse nous avons remarqué que les élèves commencent à s'encourager malgré leur mécontentement lors des défaites.

Nous ressortons contente de cette séance et nous avons plus consciente du niveau de la classe.

B/ Séance 3 : 5 octobre 2021

DATE : 5 oct. 2021

ACTIVITE : Athlétisme

SEANCE : n°3

THEME : Travail du temps de réaction à la suite d'une stimulation sonore et/ou visuelle

NOMBRES D'ELEVES : 22

Prise en main du groupe :

Les élèves arrivent dans la cour, posent leurs bouteilles et s'assoient sur les murets d'un côté de la cour comme ils en ont l'habitude.

Nous nous plaçons devant eux et demandons le silence pour que l'on puisse avoir leurs attentions.

Nous leur demandons si tout va bien et on leur pose des questions sur la dernière séance effectuée pour voir s'ils se souviennent des exercices proposés (résumer des différents ateliers).

Ensuite nous leur expliquons le déroulement de la séance (échauffement, ateliers...) avec les différentes situations prévues tout en rappelant brièvement les consignes ainsi que les règles de sécurité.

Echauffement :

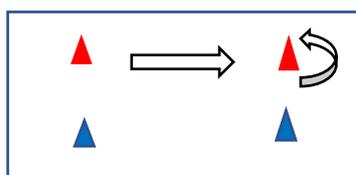
1/ Jeu du meneur :

Les élèves courent dans la cour et nous allons désigner un élève (qui deviendra le « meneur ») qui devra effectuer des situations différentes tout en continuant de courir. Par exemple, il peut courir en levant les bras, en sautant à cloche-pied... Les autres élèves auront comme consignes de faire pareil que lui. Le meneur lui devra réaliser ses actions pendant au moins 5 secondes (pour que tous les élèves aient le temps de les reproduire). Tous les élèves devront être

2/ Les gammes :

Création de deux équipes (rouges et bleus qui seront conservés durant toute la séance) qui se placent en colonne derrière le plot de départ.

Consignes : Aller d'un plot à l'autre en effectuant les exercices demandés, puis revenir au plot de départ en trottinant en passant par le côté indiqué.



Comme la semaine dernière, nous avons choisi de faire passer les élèves deux fois sur un même exercice pour insister sur les consignes. Les élèves peuvent partir quand le camarade devant eux a dépassé le torchon au sol.

Exercices demandés : (nous donnons les consignes chacune à notre tour)

- **Des montés de genoux** (monter les genoux le plus haut possible/ s'aider des bras pour se propulser)
- **Des talons fesses** (Mettre les mains sur les fesses et toucher avec les talons les mains/ s'aider de ses bras pour se propulser).
- **Battements de jambes avant (=tirade)** (les orteils regardent le ciel/ tendre les jambes au maximum)
- **Foulées bondissantes** (faire des grands sauts comme si l'on sautait une flaque d'eau à chaque pas / monter le genou plier devant)
- **Pas chassés** (le deuxième pied vient chasser le premier / aller le plus haut possible)

<p>attentif car le meneur changera au cours du temps.</p> <p>Bien rappeler des règles de sécurité (regarder ou l'on va pour ne pas rentrer dans un camarade, ne pas aller dans les escaliers...).</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Course arrière (regarder droit devant et se retourner quand on voit le torchon/ se tenir le plus droit possible). - Sprint (faire un tour sur soi même puis courir le plus droit possible / essayer d'aller vite). <p>En plus des consignes orales, nous montrons (=démonstration) chaque exercice pour que tout le monde puisse le visualiser.</p>
--	---

Situation 1 : travail d'appuis

Comme la semaine dernière, nous avons choisi d'intervenir en même temps sur la classe mais sur deux groupes séparés. Nous conservons les groupes de l'échauffement (qui sont mixtes). Chaque groupe se distingue par une couleur (rouge ou bleu) qui permet aux élèves de ne pas se mélanger.

Pour cela nous séparons la cour en deux zones distinctes et proposons deux parcours avec différents ateliers.

BUT : apprendre aux élèves à réagir à des signaux visuels et sonores.

<p>Ateliers ALEXANDRA :</p> <p>ATELIER 1 : JEU DE LA RAQUETTE </p> <p>Les élèves se positionnent tous devant Alexandra, qui va donner des directions, soit en les montrant, soit en les annonçant. Tous les élèves devront rester face à Alexandra tout en se déplaçant le plus rapidement possible dans la direction annoncée.</p> <p><u>Consignes</u> : toujours courir sur place, ne faire que 3 pas dans la direction annoncée.</p> <p><u>EXEMPLE</u> : Alexandra penche la raquette sur le côté droit donc les élèves font 3 pas du côté droit...</p> <p><u>Variante</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les élèves doivent suivre les instructions données à l'oral (par exemple « 3 pas à droite ») • Les élèves doivent suivre le mouvement de la raquette et non les consignes données à voix haute la voix (puis inversement). <p>BUT : Être attentif et concentré pour réagir vite et ne pas se tromper de côté.</p> <p>ATELIER 2 : COURSE DIRIGÉE</p> <p>Les élèves courent dans la cour dans une zone délimitée. Alexandra va donner des consignes qu'ils devront effectuer.</p> <p>Les consignes peuvent être sonore (frappe des mains, annoncer « hop » ...) ou visuelles (lever d'un</p>	<p>Ateliers ALISON :</p> <p>ATELIER 1 : TRAVAIL DES APPUIS</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>consignes</u> : Faire le tour de chaque plot (360°) puis sauter à pieds joints dans le cerceau. Puis aller en direction du prochain plot pour réaliser la même action (construction de repères spatiaux). <p>BUT : Ne pas se précipiter pour ne toucher aucun plot ni cerceau.</p> <p>ATELIER 2 : COURSE EN ZIG-ZAG</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>consignes</u> : courir en touchant avec la main les différentes coupelles disposées au sol en zigzag. Revenir au plot de départ sur le côté en sautant à cloche pied. <p>BUT : toucher les plots le plus vite possible, n'oublier aucun plot.</p> <p>ATELIER 3 : TRAVAIL EN DUO</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>consignes</u> : les élèves se mettent par deux sur l'atelier. Un élève se place dos aux plots qui sont disposés derrière lui. Son copain va lui annoncer une couleur et il devra se retourner puis courir en slalomant entre les plots pour aller toucher le plot de la couleur indiquée. <p>BUT : Ne pas se précipiter pour toucher la bonne couleur de plot.</p>
--	---

<p>foulard rouge, levé d'un bras...). Chaque signal aura une signification différente.</p> <p><u>Par exemple</u> : lorsque Alexandra frappe dans ses mains les élèves devront se mettre accroupi, quand elle lèvera le foulard les élèves devront sauter...</p> <p>L'objectif étant d'accumuler au fur à mesure différents signaux avec des significations différentes (au début un seul signal)</p> <p>BUT : Être attentif et concentré pour réagir vite et ne pas se tromper de côté.</p>	<p>⇒ <u>Les élèves sont séparés sur les ateliers et répètent l'exercice jusqu'au signal indiqué par moi-même passer à l'exercice suivant (3min par ateliers).</u></p>
<p>Rappel sécurité : quand j'ai fini mon passage je passe sur le côté pour attendre mon tour sans déranger mes camarades.</p> <p style="text-align: center;">CHANGEMENT DES GROUPES</p> <p>(Le groupe rouge prend la place du groupe bleu pour que tous les élèves essayent les différents exercices)</p>	

<p>Situation 2 : Travail de la vitesse par équipe</p> <p>Les deux équipes sont toujours divisées. Des situations différentes sont proposées dans les deux parties de la cour.</p>	
<p>Situation ALEXANDRA :</p> <p>TRAVAIL DES TEMPS DE REACTIONS :</p> <p>Les élèves se placent en ronde, un plot est situé au milieu de la ronde. Un élève va désigner à voix haute un camarade qui devra courir toucher le plot à une main et revenir à sa place. Ce dernier devra à son tour annoncer le nom d'un élève qui devra effectuer la même chose et ainsi de suite...</p> <p><u>Variante</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tous les élèves ferment les yeux sauf le dernier élève désigné (pour donner un prénom de quelqu'un qui est dans le bon groupe) -> force à la concentration. - Les élèves devront faire le tour du plot avant de le toucher et de revenir à leurs places. - Les élèves se positionnent dos au plot. <p>BUT : l'élève qui est désigné doit vite réagir lorsqu'il entend son prénom pour effectuer la tâche le plus rapidement possible.</p>	<p>Situation ALISON :</p> <p>TRAVAIL DES TEMPS REACTIONS :</p> <p>Chaque élève se place devant un plot de couleur. Alison va annoncer une couleur par exemple « rouge » et chaque élève placé devant un plot rouge doit courir jusqu'au plot situé en face, le toucher à une main puis revenir le plus vite possible.</p> <p>Quand chaque élève est passé, ils changent tous de place (celui qui était au plot jaune passe au plot à côté qui est bleu...)</p> <p>BUT : l'élève qui est désigné doit vite réagir lorsqu'il entend sa couleur pour effectuer la tâche le plus rapidement possible.</p>
<p>Rappel sécurité : quand j'ai fini mon passage je passe sur le côté pour attendre mon tour sans déranger mes camarades.</p>	

CHANGEMENT DES GROUPES

(Le groupe rouge prend la place du groupe bleu pour que tous les élèves essayent les différentes situations)

Situation 3 : Prévus mais nous n'avons pas eu le temps de la réaliser : JEU DU LOUP TOUCHE-TOUCHE

Toute la classe est regroupé pour cet exercice :

Tout le monde cour, un élève est désigné et deviendra donc le « loup ». Il devra toucher ses camarades. Celui qui est touché deviendra « loup » à son tour. Les élèves qui ne sont pas loups doivent trouver des techniques d'évitement.

But : être rapide, analyser la situation, réussir à esquiver, et se repérer dans l'espace.

On essaye d'introduire l'exercice pour le faire en échauffement durant une prochaine séance.

Attention à la sécurité : escaliers, regarder où courir pour ne pas rentrer dans les autres...

Retour au calme : étirements + bilan de séance

Travail d'équilibre pour le retour au calme :

Les élèves se mettent en cercle dans la cour, tout le monde se tient la main.

- ⇒ Etape 1 : plus personne ne doit bouger pendant 10 secondes
- ⇒ Etape 2 : tout le monde doit se mettre sur un pied (tenir la position pendant 15 secondes)
- ⇒ Etape 3 : on change de pied (tenir pendant 15 secondes)
- ⇒ Etapes 4 : choisir un pied, tenir seul sans se tenir pendant 10 secondes

On essaye de reproduire chaque étapes deux ou trois fois pour que les élèves aient plusieurs tentatives.

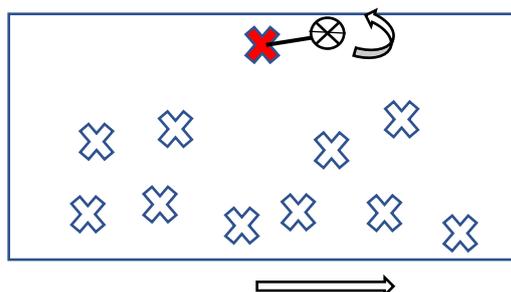
Etirements rapidement dans le silence :

- Debout, jambes serrées et tendues, aller toucher ses orteils avec ses mains.
- Position debout, on se grandit en allant chercher le ciel avec les mains et on se relâche.

+ BILAN AVEC LES ELEVES SUR LA SEANCE (puis on les fait récupérer leurs affaires et on leurs demandent de se ranger deux par deux en silence devant les escaliers pour retourner en classe)

ZOOM : Situation 1, atelier 1 : JEU DE LA RAQUETTE

[Cliquez ici pour retrouver à la situation présentée](#)



OBJECTIF	Être capable de mobiliser l'ensemble de ses ressources, pour coordonner les mouvements du corps afin de réagir le plus rapidement possible pour se déplacer dans le sens indiqué (visuellement) par l'enseignant. (=travail de la course latérale).
BUT POUR L'ÉLÈVE	<i>Que faire ?</i> Suivre la direction montrée par la raquette en conservant le buste face à la l'enseignant. Réaliser seulement 3 pas dans le sens demandé puis rester sur place en attendant la prochaine information.
CONSIGNE / DISPOSITIF	<p>Cette situation est réalisée avec l'ensemble de la classe. Tous les élèves sont répartis dans la cour, ils sont tous espacés les uns des autres (ils ne peuvent pas se toucher s'ils tendent leurs bras, pour assurer la sécurité de tous).</p> <p>Concernant les <u>consignes</u>, elles sont au nombre de trois :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Toujours rester le buste droit en gardant la tête droite (pour conserver le regard sur la raquette). ➤ Ne jamais s'arrêter de courir sur place et réaliser seulement 3 pas dans la direction attendue. ➤ Réagir le plus vite possible lorsque la raquette bouge. <p>Pour le <u>dispositif</u>, l'utilisation de la raquette est pertinente car elle permet d'être vue par tout le monde (on voit mieux une raquette qu'une balle ou un foulard). Elle facilite la prise d'information visuelles pour les élèves. L'enseignant doit la déplacer en avant, en arrière, à droite ou à gauche. Il faut attendre que tous les élèves soient sur place avant de changer les directions.</p> <p>En ce qui concerne la <u>sécurité</u>, il faut insister sur le fait qu'il ne fasse faire que 3 pas pour ne pas rentrer dans les camarades.</p> <p>Aucun risque objectif n'est à relever ici.</p> <p>L'exercice est réalisé pendant 3 minutes puis on utilise des variantes. En utilisant la voix pour annoncer les directions par exemple.</p>
CRITERES DE REUSSITES	<i>Quand aurais-je réussi ?</i> L'exercice est considéré comme réussi lorsque l'élève arrive à réagir vite en suivant le mouvement de la raquette sans tourner le buste. L'exercice est réussi si l'élève ne se trompe pas de direction 5 fois d'affiler. (car on travaille les vitesses de réactions ici mais aussi les courses latérales).
CRITERES DE REALISATION	<i>Comment faire ?</i> <ul style="list-style-type: none"> • Être concentré sur la tâche pour éviter les erreurs dû à l'inattention, • Toujours conservé le regard droit en direction de la raquette pour percevoir l'information visuelle le plus tôt possible, • Utiliser ses membres libres pour s'équilibrer, • Ne pas se laisser déconcentré par les autres, c'est-à-dire partir du côté que l'on pense juste et ne pas suivre les autres (faire abstraction des autres), • Avoir le buste le plus droit possible pour éviter les déséquilibres, • Être sur des jambes légèrement fléchies pour être efficace dans les déplacements.
VARIABLES DIDACTIQUES	Il est possible d'utiliser un signal sonore plutôt que visuel (annoncer par exemple « droite » pour que tous les élèves aillent à droite). Cela est plus compliqué pour les élèves puisqu'il nécessite une plus grande attention et concentration pour percevoir au plus vite les informations. Puis il est possible de superposer les signaux : par

	<p>exemple, montrer une direction avec la raquette mais les élèves doivent suivre les instructions orales (ou inversement) pour complexifier la tâche à réaliser.</p>
<p>CONDUITES ATTENDUES</p>	<p><i>Rappel :</i> Cette situation permet d'évaluer la capacité de coordination et de concentration des élèves. Ils ne peuvent réussir l'exercice seulement s'ils restent attentifs à la prise d'information et aux signaux visuels. A travers cette situation, les élèves doivent apprendre à adapter et à mouvoir leurs corps car il faut courir latéralement (ce qui n'est pas évident au niveau de la coordination notamment). Il est attendu des élèves qu'ils arrivent à suivre la direction demandé 5 fois de suite sans se tromper de direction. Le buste doit rester face à l'enseignant et les élèves ne doivent effectuer que 3 pas dans le sens indiqué.</p>
<p>CONDUITES OBSERVEES</p>	<p><i>Qu'ont fait les élèves ?</i> Les élèves ont eu du mal à rester concentré durant cet atelier. Il faut rappeler que cette séance s'est déroulée sous le petit préau car les situations météorologiques n'étaient pas favorables. Certains faisaient le clown. Ce manque de concentration a entraîné une perte de rapidité des élèves dans la vitesse d'exécution mais aussi dans la vitesse de réaction. Les élèves suivaient le comportement des autres et étaient très hésitant tant aux directions à suivre. Peu d'élèves ont réussi à respecter toutes les consignes et à atteindre le but de la situation.</p> <p>Les élèves ont tous réalisés l'exercices durant toute la durée demandée.</p>
<p>ANALYSE</p>	<p>Ce comportement peut être expliqué par les changements d'habitudes qu'on les élèves depuis les premières séances. En effet, le lieu change mais la forme de travail également (les élèves sont tous ensemble dans une zone réduite). La concentration est indispensable chez les enfants pour réaliser une tâche de coordination. Leurs capacités motrices et informationnelles n'étant pas optimale, la réalisation de la tâche motrice est compliquée. Le manque de concentration pourrait expliquer la durée du temps de réaction, mais aussi les erreurs d'inattention. Certains ont encore du mal avec leurs gauche et leurs droites et à utiliser l'espace latéral.</p>
<p>PERSPECTIVES</p>	<p>Cette situation devra être reproduite afin que les élèves améliorent leurs capacités motrices. Pour les prochaines séances, il faudra trouver un moyen d'attirer l'attention des élèves pour éviter qu'ils se déconcentrent à chaque atelier. Pour cela, il peut être intéressant d'utiliser le côté ludique ou le côté défi, afin qu'ils s'intéressent davantage à la tâche. Enfin, il serait intéressant de mettre en place des règles d'or, pour que les élèves apprennent à se contrôler même en sport.</p>

Bilan :

Dû à un problème de météo, nous avons dû faire la séance prévue sous le préau, qui est très petit. Nous avons donc dû ajuster notre séance. En effet nous n'avons pas pu faire 2 groupes de travail dû à un manque d'espace et au temps de la séance qui a été réduit (30 min au lieu de 1h). Nous avons pu garder l'échauffement de base qui était prévus, c'est-à-dire le jeu du meneur et les gammes habituelles. Ensuite nous avons fait le jeu de la raquette ainsi que le jeu des signaux à respecter puis l'atelier 3 de la situation 1 d'Alison.

Globalement la séance s'est bien déroulée malgré les mauvaises conditions, mais les élèves étaient beaucoup trop distraits. Ils préféraient faire « le clown » plutôt que d'écouter les consignes. Nous avons dû les reprendre à plusieurs reprises. Malgré cela la grande majorité a réussi à s'adapter aux situations demandées : ils ont compris l'importance de la concentration et de l'écoute pour réussir.

Point positif, on a remarqué une réelle progression lors de l'échauffement, que ce soit au niveau des consignes (départ, arrivé, respect des consignes...), qu'au niveau de la réalisation (meilleure coordination et volonté de bien faire).

Sur le plan moteur, les élèves ont découvert la course latérale lors de la situation de la raquette. Ce fut très compliqué pour nous comme pour eux. En effet, les élèves n'arrivaient pas à comprendre le déplacement latéral tout en restant face à nous. Le manque de concentration n'a pas facilité la tâche, certains élèves n'étaient pas réceptifs.

A la suite du manque d'attention ressenti durant cette séance nous allons mettre en place des règles d'or pour les inciter à respecter les consignes et à écouter :

- 1. Ne pas parler pendant les consignes pour mieux les écouter**
- 2. Faire ce qui est demandé (sans faire le clown)**
- 3. Attendre son tour sans gêner les autres**

Si celles-ci ne sont pas respectées, nous avons décidé de punir les élèves contre le mur, ils devront regarder les autres faire plutôt que de pratiquer avec leurs copains.

[Retour à la table des matières](#)

C/ Séance 4 : 12 octobre 2021

DATE : 12 oct. 2021

ACTIVITE : Athlétisme

SEANCE : n°4

THEME : Découverte des allures de course et de la position de départ

NOMBRES D'ELEVES : 22

Prise en main du groupe :

Les élèves arrivent dans la cour, posent leurs bouteilles et s'assoient sur les murets d'un côté de la cour comme ils en ont l'habitude.

Nous nous plaçons devant eux et demandons le silence pour que l'on puisse avoir leurs attentions.

Nous leur demandons si tout va bien et on leur pose des questions sur la dernière séance effectuée pour voir s'ils se souviennent des exercices proposés (résumer des différents ateliers).

Ensuite nous leur expliquons le déroulement de la séance (échauffement, ateliers...) avec les différentes situations prévues tout en rappelant brièvement les consignes ainsi que les règles de sécurité.

Mise en place de trois règles d'or :

- ⇒ 1/ Ne pas parler pendant les consignes pour mieux les écouter
- ⇒ 2/ Faire ce qui est demandé sans faire le clown
- ⇒ 3/ Attendre son tour sans gêner les autres.

Nous avons choisi de refaire une séance supplémentaire avec deux groupes séparés car nous en avons la possibilité.

Echauffement :

1/ Découverte des allures :

Les élèves courent dans la cour. Deux signaux sonores sont renseignés aux élèves avant le début de l'exercice.

Lorsque que Alexandra annoncera « HOP », tous les élèves doivent accélérer la vitesse de leur course pendant 3 secondes.

Lorsque Alison dira « VROUM », tous les élèves devront ralentir la vitesse de leur course pendant 3 secondes. ATTENTION, les élèves doivent ralentir mais ne pas s'arrêter.

Les 3 secondes sont comptées à voix haute pour aider les élèves.

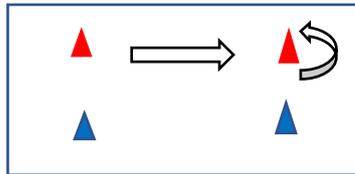
BUT : Comprendre qu'il existe plusieurs vitesses de déplacements.

Bien rappeler des règles de sécurités (regarder ou l'on va pour ne pas rentrer dans un camarade, ne pas aller dans les escaliers...).

2/ Les gammes :

Création de deux équipes (rouges et bleus qui seront conservés durant toute la séance) qui se placent en colonne derrière le plot de départ.

Consignes : Aller d'un plot à l'autre en effectuant les exercices demandés, puis revenir au plot de départ en trottinant en passant par le côté indiqué.



Comme la seine dernière, nous avons choisi de faire passer les élèves deux fois sur un même exercice pour insister sur les consignes. Les élèves peuvent partir quand le camarade devant eux à dépasser le torchon au sol.

Exercices demandés : (nous donnons les consignes chacune à notre tour)

- **Des montés de genoux** (monter les genoux vite mais se déplacer lentement/ monter les genoux doucement et se déplacer lentement)
- **Des talons fesses** (Toucher les talons sur les fesses le plus vite possible mais se déplacer lentement/ toucher les talons sur les fesses doucement et avancer lentement).
- **Battements de jambes avant (=tirade)** (les orteils regardent le ciel/ tendre les jambes au maximum)
- **Foulées bondissantes** (faire des grands sauts comme si l'on sautait une flaque d'eau à chaque pas / monter le genou plier devant)
- **Pas chassés** (rester très proche du sol pour aller vite => jambes fléchies / rebondir haut à chaque pas pour se déplacer lentement)
- **Sprint => explication de la POSITION DE DEPART ATTENDUE** (jambe avant légèrement fléchie, le bras devant est en opposition à la jambe forte, le buste est légèrement penché en avant, on est prêt à « bondir » à chaque instant donc il faut être concentré)
(Après le signal, courir doucement et accélérer après avoir dépassé le torchon/ courir très vite après le signal de départ puis ralentir après avoir dépassé le torchon).

En plus des consignes orales, nous montrons (=démonstration) chaque exercice pour que tout le monde puisse le visualiser.

Situation 1 : travail d'appuis

Comme la semaine dernière, nous avons choisi d'intervenir en même temps sur la classe mais sur deux groupes séparés. Nous conservons les groupes de l'échauffement (qui sont mixtes). Chaque groupe se distingue par une couleur (rouge ou bleu) qui permet aux élèves de ne pas se mélanger.

Pour cela nous séparons la cour en deux zones distinctes et proposons deux parcours avec différents ateliers.

BUT : apprendre aux élèves à réagir à des signaux visuels et sonores.

Ateliers ALEXANDRA :

ATELIER 1 : TRAVAIL DES APPUIS EN COURSE

- consignes : courir en faisant 1 pas entre chaque coupelle.

Mise en place de 3 niveaux de difficultés (avec des distances différentes entre chaque plot). Les élèves doivent passer sur les 3 niveaux pour trouver celui qui leurs corresponde le mieux.

BUT : Ne pas toucher les plots et partir en position de départ.

ATELIER 2 : SAUT DE HAIES

- consignes : Courir en sautant par-dessus les haies (qui sont plus hautes qu'habituellement) un pied après l'autre jusqu'à la ligne d'arrivée.

BUT : Ne pas s'arrêter entre chaque haie et partir en position de départ.



ATELIER 3 : COURSE EN ZIG-ZAG

- consignes : courir en touchant avec la main les différentes coupelles disposés au sol en zigzag. Particularité : repartir rapidement après avoir touché les plots blancs mais faire une accélération après avoir touché les plots bleus.

BUT : toucher les plots le plus vite possible, n'oublier aucun plot.

⇒ Les élèves sont séparés sur les ateliers et répètent l'exercice jusqu'au signal indiqué par moi-même passer à l'exercice suivant (3min par ateliers).

Ateliers ALISON :

ATELIER 1 : POSITION DE DEPART

- consignes : positionner les deux mains sur chaque plots, jambes mi-fléchies, légèrement penché en avant (léger déséquilibre en avant et départ rapide)

BUT : Prendre le départ le plus rapide possible en poussant longtemps dans le sol.

⇒ Les mains sur les plots favorisent la position de départ et le déséquilibre vers l'avant.

ATELIER 2 : SLALOM

- Consignes : Courir en slalom entre les plots (passer à gauche puis à droite des plots) jusqu'à la zone d'arrivée.

Particularité : passer une fois doucement puis une fois en accélération après avoir dépassé le plot.

BUT : Bien passer derrière les plots et en oublier aucun, être en position de départ au début.

ATELIER 3 : TRAVAIL DES DEPARTS RAPIDES

- consignes : Les élèves se mettent par deux sur l'atelier. Un élève se place dos aux plots qui sont disposés derrière lui. Son copain va lui annoncer une couleur et il devra se retourner et courir rapidement pour aller toucher le plot de la couleur indiquée

BUT : Ne pas se précipiter pour toucher la bonne couleur de plot.

⇒ Les élèves sont séparés sur les ateliers et répètent l'exercice jusqu'au signal indiqué par moi-même passer à l'exercice suivant (3min par ateliers).

Rappel sécurité : quand j'ai fini mon passage je passe sur le côté pour attendre mon tour sans déranger mes camarades.

CHANGEMENT DES GROUPES

(Le groupe rouge prend la place du groupe bleu pour que tous les élèves essayent les différents exercices)

Situation 2 : Réalisation globale : Travail des vitesses de déplacement.

Toute la classe est regroupé pour cet exercice : **(séparation des groupes de travail)** 

1/ Les élèves sont répartis en 4 colonnes (chacun devant un plot de couleur).

Chaque couleur correspond à une vitesse (du bleu le plus rapide au vert le moins rapide).

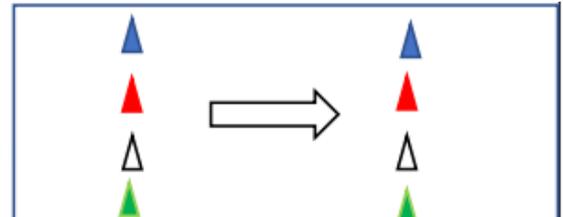
Un élève de chaque plot part au « à vos marques, prêt, partez ».

Le but étant que l'élève au plot bleu arrive en premier et l'élève au plot vert arrive après celui au plot blanc qui lui-même est arrivé avant le plot rouge.

Les élèves doivent donc **REGULER LEURS VITESSES EN FONCTION DE LEURS PLACES** (les élèves passent et attendent contre le mur que toute la classe soit passée pour recommencer et/ou changer de plot en fonction des instructions). On insiste également sur la position de départ.

Possibilité d'imager cet atelier par des animaux (les élèves aux plots verts ont une allure d'escargot, alors que les élèves au plots bleus ont une allure de guépard)

But : être rapide, analyser la situation, réussir à esquiver, et se repérer dans l'espace.



2/ On ne s'intéresse plus aux couleurs mais au temps. Tous les élèves font la même chose en même temps. On conserve les colonnes.

Les élèves doivent **respecter un temps** pour arriver au second plot.

Par exemple : les élèves ont 7 secondes pour arriver au deuxième plot => il ne faut pas partir trop vite

Le but étant que les élèves aient une **ALLURE CONSTANTE** (donc qu'ils ne partent vite ou doucement en fonction du temps annoncé). Plusieurs essais seront effectués pour que les élèves puissent essayer et s'adapter. On insiste également sur la position de départ.

Situation 3 : Prévus mais nous n'avons pas eu le temps de la réaliser : JEU DU BERET

Toute la classe est regroupé pour cet exercice :

Jeu du béret : BUT => partir vite et en position de départ lorsque l'élève est appelé par son numéro (attribué au préalable) pour être le premier à attraper le tissu au milieu de la cour.

OBJECTIFS : travailler la position de départ, la réaction aux signaux et la vitesse du déplacement.

But : être rapide, analyser la situation, réussir à partir vite lorsque l'on est appelé, et se repérer dans l'espace.

On essaye d'introduire l'exercice pour le faire en échauffement durant une prochaine séance.

Attention à la sécurité : escaliers, regarder où courir pour ne pas rentrer dans les autres...

Retour au calme : étirements + bilan de séance

Travail d'équilibre pour le retour au calme : (évolution de la séance 2 car nous n'avons pas pu le faire durant la séance 3 à cause des conditions météorologiques)

Les élèves se mettent en cercle dans la cour, tout le monde se tient la main.

- ⇒ Etape 1 : plus personne ne doit bouger pendant 10 secondes
- ⇒ Etape 2 : tout le monde doit se mettre sur un pied (tenir la position pendant 15 secondes)
- ⇒ Etape 3 : on change de pied (tenir pendant 15 secondes)
- ⇒ Etapes 4 : choisir un pied, tenir seul sans se tenir pendant 10 secondes

On essaye de reproduire chaque étapes deux ou trois fois pour que les élèves aient plusieurs tentatives.

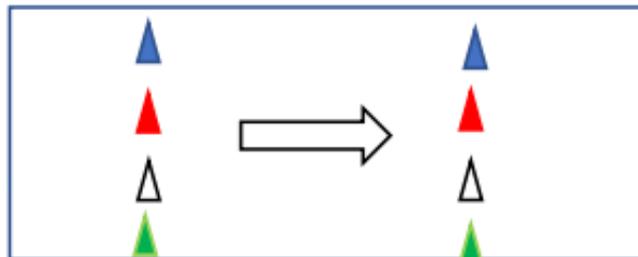
Etirements rapidement dans le silence :

- Debout, jambes serrées et tendues, aller toucher ses orteils avec ses mains.
- Position debout, on se grandit en allant chercher le ciel avec les mains et on se relâche.

+ BILAN AVEC LES ELEVES SUR LA SEANCE (puis on les fait récupérer leurs affaires et on leurs demandent de se ranger deux par deux en silence devant les escaliers pour retourner en classe)

ZOOM : Situation 2 : LES ALLURES DE DEPLACEMENT

[Cliquez ici pour retrouver la situation présentée](#)



OBJECTIF	Être capable de mobiliser l'ensemble de ses ressources, pour coordonner les mouvements du corps afin d'adapter son allure de course en fonction de sa place dans l'atelier.
BUT POUR L'ELEVE	<i>Que faire ? Chaque élève positionné devant les plots de couleur part en position de départ au signal sonore. Les élèves doivent adapter leurs allures de courses pour décaler les arrivées. L'élève situé au plot bleu, doit arriver avant celui devant le plot rouge. Celui-ci doit non seulement arriver après celui au plot bleu mais aussi avant celui situé devant les blancs. Etc...</i>
CONSIGNE / DISPOSITIF	Cette situation est réalisée avec l'ensemble de la classe. Les élèves sont positionnées en colonnes (par 5 ou 6) derrière des plots de couleurs. La course s'effectue dans la longueur de la cour. Concernant les <u>consignes</u> , les élèves doivent : <ul style="list-style-type: none">➤ Partie en position de départ (=être en tension comme un ressort, jambes mi-fléchies et écartés, bras en opposition)

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Tous les élèves doivent partir plus ou moins vite au signal sonore. ➤ L'ordre d'arrivée des élèves derrière la ligne d'arrivée dépend de la couleur attribuée au élèves (les bleus arrivent en premier, suivi des rouges, des blancs puis enfin des verts). <p>Pour le <u>dispositif</u>, la distance à parcourir est d'environ une dizaine de mètres (contrainte de la taille de la cour). Les élèves sont placés entre deux plots au départ et doivent terminer leurs courses en passant au milieu des deux plots qui représente la ligne d'arrivée (situé en face de la zone de départ). Les élèves doivent courir le plus droit possible.</p> <p>En ce qui concerne la <u>sécurité</u>, les élèves doivent attendre contre le mur lorsqu'ils ont fini leurs passages afin de ne pas gêner les élèves qui arrivent.</p> <p>Aucun risque objectif n'est à relever ici.</p> <p>L'exercice est réalisé pendant 10 minutes. Les élèves passant au minimum deux fois sur chaque plot de couleurs pour tenter d'adapter leurs allures et de corriger leurs erreurs (les élèves situés au plot bleu passent au plot rouge puis au plot blanc...). Il est possible d'imager les allures par des animaux pour qu'il soit davantage compris par les élèves (les élèves situés devant le plot rouge doivent donc avoir une vitesse de guépard).</p>
CRITERES DE REUSSITES	<p><i>Quand aurais-je réussi ?</i></p> <p>L'exercice est considéré comme réussi si tous les élèves arrivent à gérer leurs allures. Cet exercice à un but commun pour les élèves, puisque la réussite de l'exercice dépend de tous les participants. Les élèves ont réussi si l'ordre annoncé au départ est respecté au passage de la ligne d'arrivée.</p>
CRITERES DE REALISATION	<p><i>Comment faire ?</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Connaitre l'allure à adopter, c'est-à-dire bien écouter les consignes pour savoir si je dois arriver premier ou dernier (=savoir ce qu'il faut faire), • Être concentré sur la tâche pour éviter les erreurs dû à l'inattention, • Toujours conservé le regard droit en direction de l'arrivée pour produire une trajectoire de course droite. • Utiliser ses membres libres pour s'équilibrer, • Ne pas se laisser déconcentré par les élèves ayant déjà fini la tâche, • Utiliser sa vision périphérique pour observer la position des autres,
VARIABLES DIDACTIQUES	<p>Il est possible d'utiliser un autre type de signal pour le départ (un signal visuel par exemple) ou alors de d'imposer une trajectoire de course en courbe (par exemple, en intégrant un slalom durant la course). Cela complexifiera la tâche car les obstacles peuvent déstabiliser l'élève qui sera d'avantage concentré sur la réalisation du slalom que sur la position des camarades. Les allures seront plus compliquées à mettre en place, surtout au niveau de la coordination (= il peut être compliqué pour un élève de réaliser un slalom avec une allure de guépard)</p>

CONDUITES ATTENDUES	<p><i>Rappel :</i></p> <p>Cette situation permet d'évaluer la capacité d'adaptation et de coordination des élèves.</p> <p>A travers cette situation, les élèves doivent apprendre adapter et changer leurs allures de courses en fonction de leurs places dans l'exercice.</p> <p>Il est attendue des élèves qu'ils arrivent à courir droit, la tête haute, toute en prenant des informations sur les autres pour arriver dans l'ordre indiqué.</p>
----------------------------	---

CONDUITES OBSERVEES	<p><i>Qu'ont fait les élèves ?</i></p> <p>Je pensais que la compréhension de cet exercice n'allait pas être simple pour les élèves, mais ce ne fut pas du tout le cas. Ils ont tous très rapidement compris la particularité demandée ici sur les allures de course.</p> <p>Cependant, les élèves avaient toujours tendance à tourner la tête de tous les côtés pour analyser le positionnement des autres. Ils n'utilisent pas du tout leurs visons périphériques. Les trajectoires des courses ont donc été impactées (lorsque le regard se tourne, l'élève ne court plus droit).</p> <p>La position de départ est bien intégrée, et les conduites typiques comme taper du pied pour courir, ou courir avec les mains dans les poches ont disparues.</p> <p>Les élèves ont tous respectés les consignes de sécurité.</p> <p>Ils ont tous réalisés l'exercice durant toute la durée demandée.</p>
ANALYSE	<p>Les prises d'informations ne sont pas toujours évidentes chez les enfants, car elles sont nombreuses dans l'environnement. A cet âge, c'est toujours le regard qui guide le corps et les mouvements. Ce qui pourrait expliquer les trajectoires déviées des élèves durant la course. Pour ce qui concerne la vision, le champ de vision périphériques ne sont pas du tout utilisés ni connus par les élèves. En effet, ils fixent leurs attentions sur l'action motrice et non sur l'environnement, car leurs capacités motrices ne leur permettent pas. Cela pourrait expliquer pourquoi l'élève tourne la tête pour s'informer sur ses camarades.</p>
PERSPECTIVES	<p>Il faudra donc travailler avec les élèves cette dissociation du regard du geste, afin d'améliorer la posture des élèves durant les exercices. Cela passe non seulement par un travail et une découverte de la vision périphérique mais également par un travail de confiance. Les élèves doivent prendre confiance dans la réalisation de leurs mouvements, ne plus douter de la qualité de leurs appuis afin de pouvoir réussir à détacher le regard du sol et s'informer davantage sur les autres.</p>

Bilan :

On remarque une réelle progression au niveau de la coordination des élèves que ce soit à l'échauffement ou durant les situations. En effet ils arrivent facilement à s'adapter à chaque nouvelles consignes à l'échauffement (vitesse gestuelle, de déplacement et position des membres libres...) et sur les situations proposées (même si la situation est connue, les élèves arrivent à adapter leurs comportements aux nouvelles consignes).

Les règles d'or qu'on a mis en place au début de la séance ont été comprises mais pas appliquées. Les élèves sont capables de les expliquer et de les répéter mais ne les respectent pas. Il a fallu les reprendre à plusieurs reprises pour que les remédiations soient appliquées. Lorsque les élèves se sont aperçus que la punition était réellement appliquée si les règles d'or n'étaient pas respectées, ils étaient plus attentifs et plus impliqués dans la séance.

Lors de la deuxième situation (en classe complète) les élèves ont réussi à maintenir leurs efforts d'attention ainsi que de respecter les consignes. Ils ont compris qu'il était possible de choisir son allure de course. Nous avons mis en avant le fait que durant le sprint, cette allure doit être maximale pour réaliser le temps le plus court possible.

Cependant, nous avons remarqué depuis plusieurs séances qu'un élève en particulier (Thomas) présente un réel problème de concentration. En effet, celui-ci n'arrive pas à se concentrer pour écouter les consignes. Malgré nos efforts (l'utiliser pour la démonstration, le stimuler lors des consignes en lui demandant d'être attentif car il devra répéter...), Thomas n'arrive toujours pas à focaliser son attention sur l'activité. Cela se traduit par un comportement hors-tâche quasi permanent. Il demande une grande attention de notre part.

Nous tirons un bilan positif de cette séance que ce soit sur le plan moteur des élèves ou sur leurs attentions, globalement nous avons trouvé que cette séance était agréable et que les élèves ont pris du plaisir tout en respectant les consignes et les objectifs fixés.

D/ Séance 5 : 19 octobre 2021

DATE : 19 oct. 2021

ACTIVITE : Athlétisme

SEANCE : n°5

THEME : Travail de la vitesse de réaction dès la position de départ

NOMBRES D'ELEVES : 22

Prise en main du groupe :

Les élèves arrivent dans la cour, posent leurs bouteilles et s'assoient sur les murets d'un côté de la cour comme ils en ont l'habitude.

Nous nous plaçons devant eux et demandons le silence pour que l'on puisse avoir leurs attentions.

Nous leur demandons si tout va bien et on leur pose des questions sur la dernière séance effectuée pour voir s'ils se souviennent des exercices proposés (résumer des différents ateliers). Rappel des règles d'or. Ensuite nous leur expliquons le déroulement de la séance (échauffement, ateliers...) avec les différentes situations prévues tout en rappelant brièvement les consignes ainsi que les règles de sécurité.

Nous leur expliquons que à partir d'aujourd'hui nous allons faire qu'un seul groupe, qu'ils vont tous travailler ensemble. On leur fait part d'une nouveauté pour leur enseignement : ils devront s'adresser seulement à la personne qui explique les consignes et qui les corrige.

Nous avons choisi de refaire une séance supplémentaire avec deux groupes séparés car nous en avons la possibilité.

Echauffement :

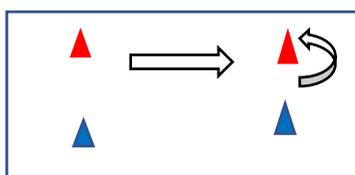
1/ Course : ALEXANDRA

Les élèves courent pendant 3 min dans la cour pour « mettre en route » le corps, se dégourdir. Durant la course, on demande le silence car nous allons donner des consignes. Par exemple, on pourra leur demander de se mettre accroupi puis de se remettre à courir, d'effectuer 3 rebonds sur place, lever les bras, courir en arrière...)

2/ Les gammes : ALISON

Création de deux équipes (rouges et bleus qui seront conservés durant toute la séance) qui se placent en colonne derrière le plot de départ.

Consignes : Aller d'un plot à l'autre en effectuant les exercices demandés, puis revenir au plot de départ en trotinant en passant par le côté indiqué.



Comme la semaine dernière, nous avons choisi de faire passer les élèves deux fois sur un même exercice pour insister sur les consignes. Les élèves peuvent partir quand le camarade devant eux a dépassé le torchon au sol.

Exercices demandés : (nous donnons les consignes chacune à notre tour)

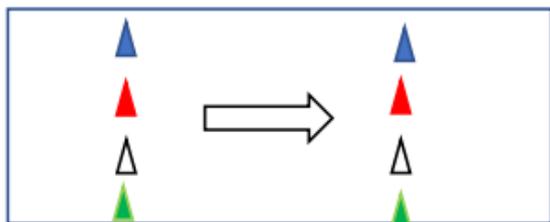
- Des montés de genoux (monter les genoux vite mais se déplacer lentement/ monter les genoux doucement et se déplacer lentement)

<p>BUT : Réagir vite aux consignes sans qu'on ait besoin de les répéter.</p> <p>Bien rappeler des règles de sécurité (regarder ou l'on va pour ne pas rentrer dans un camarade, ne pas aller dans les escaliers...).</p> <p>Exemple : les élèves courent quand Alexandra annonce « les bras au ciel », tous les élèves lèvent les bras jusqu'au prochain signal...</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Des talons fesses (Toucher les talons sur les fesses le plus vite possible mais se déplacer lentement/ toucher les talons sur les fesses doucement et avancer lentement). - Battements de jambes avant (=tirade) (les orteils regardent le ciel/ tendre les jambes au maximum) - Course arrière (se retourner seulement lorsque l'on voit le torchon au sol (regarder droit devant / Lever la tête) - Sprint => Rappel POSITION DE DEPART ATTENDUE (partir en position de départ / au deuxième sprint, faire un tour sur soi-même après le signal puis courir le plus droit possible) <p>En plus des consignes orales, nous montrons (=démonstration) chaque exercice pour que tout le monde puisse le visualiser.</p>
--	--

<p>Situation 1 : travail de concentration et de coordination ALEXANDRA</p>	
<p>Les élèves sont répartis dans la cour avec chacun une coupelle de couleur positionnée devant eux. Chaque élève aura une couleur et lorsque Alexandra annonce une couleur : les élèves associés à cette couleur devront effectuer une tâche annoncée auparavant.</p> <p>Les élèves commencent à l'arrêt puis trottinent sur place.</p> <p><i>EXEMPLE : Les élèves trottinent sur place et à l'annonce de la couleur « blanche » les élèves situés devant un plot blanc doivent se mettre accroupis puis se relever (ou faire un tour sur soi-même).</i></p> <p>BUT : réaliser l'action le plus vite possible dès que la couleur est annoncée. Être concentré pour réagir vite.</p> <p>Variante : se positionner dos au plot (les élèves devront se souvenir de la couleur de leur plot sans repères visuels)</p>	

<p>Situation 2 : Jeu de la raquette (travail de la course latérale) ALISON</p>	
<p>Les élèves restent devant leurs plots et se mettent face à Alison, qui va donner des directions, soit en les montrant, soit en les annonçant. Tous les élèves devront rester face à Alison tout en se déplaçant le plus rapidement possible dans la direction annoncée.</p> <p>Consignes : toujours courir sur place, ne faire que 3 pas dans la direction annoncée.</p> <p><i>EXEMPLE : Alison penche la raquette sur le côté droit donc les élèves faire 3 pas du côté droit...</i></p> <p>Variante :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les élèves doivent suivre les instructions données à l'oral (par exemple « 3 pas à droite ») • Les élèves doivent suivre le mouvement de la raquette et non les consignes données à voix haute la voix (puis inversement). <p>BUT : Être attentif et concentré pour réagir vite et ne pas se tromper de côté.</p>	

Situation 3 : Travail vitesse de réaction **ALEXANDRA**



Les élèves sont placés entre deux cônes de couleurs différentes. Ils sont répartis en 5 colonnes. Chaque élève qui est en début de colonnes est en position de départ (les deux mains sur les cônes, les jambes fléchies, le buste légèrement en avant, en tension avec un ressort). Alexandra va annoncer une couleur (ou plusieurs en même

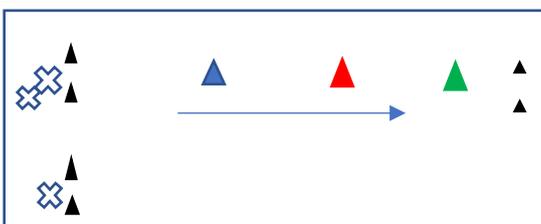
temps) et les élèves qui seront placés devant cette couleur devront effectuer un sprint jusqu'au plot d'en face.

EXEMPLE : alexandra dit « BLEU » et les élèves situés devant les plots bleus partent en sprint.

But de l'exercice : être attentif aux repères sonores et réagir le plus vite possible.

Variante : partir lorsque que le chiffre « 6 » est annoncé (par exemple dans 66 ou 36)

Situation 4 : Travail coordination et vitesse **ALISON**



Les élèves sont répartis en quatre colonnes et positionnés entre deux cônes.

Devant eux il y a trois plots de couleurs différentes. Alison va annoncer des combinaisons de couleurs (ex : bleu puis rouge) et les élèves devront courir pour aller toucher le plot bleu puis le plot rouge et finir leur course jusqu'au plot d'arrivée (qui se trouve en face des cônes de départ).

Les élèves doivent tous partir en position de départ (qu'ils ont déjà travaillé).

De plus les plots ne sont pas placés dans le même ordre dans chaque colonnes (les élèves doivent se concentrer sur leur tâche et pas celle des autres).

Variante : possibilité de faire des combinaisons plus longues.

Situation 3 : Prévus mais nous n'avons pas eu le temps de la réaliser

Les élèves sont répartis en quatre colonnes devant un plot. Les élèves en début de chaque colonne vont courir pour aller faire le tour du plot situé en face du plot de départ avec un torchon à la main. Ils devront revenir au plot de départ pour donner le torchon à son camarade qui devra effectuer la même tâche. Les élèves doivent essayer de transmettre le torchon sans perdre de temps et en ne partant pas trop tôt (bien attendre derrière le plot d'avoir le torchon pour partir).

Le but : construire un relais qui se succède (dans la continuité des séances précédentes) avec une nouvelle contrainte celle de donner quelques choses (un torchon) car jusqu'à maintenant les élèves se tapent la main comme signe de relais.

Retour au calme : étirements + bilan de séance

Travail d'équilibre pour le retour au calme :

Les élèves se mettent en cercle dans la cour :

- ⇒ Etape 1 : plus personne ne doit bouger pendant 10 secondes
- ⇒ Etape 2 : même situation avec les yeux fermés
- ⇒ Etape 3 : tout le monde doit se mettre sur un pied (tenir la position pendant 10 secondes)
- ⇒ Etape 3 : on change de pied (tenir pendant 10 secondes)

On essaye de reproduire chaque étapes deux ou trois fois pour que les élèves aient plusieurs tentatives.

Etirements rapidement dans le silence :

- Debout, jambes serrées et tendues, aller toucher ses orteils avec ses mains.
- Position debout, on se grandit en allant chercher le ciel avec les mains et on se relâche.

+ BILAN AVEC LES ELEVES SUR LA SEANCE (puis on les fait récupérer leurs affaires et on leurs demandent de se ranger deux par deux en silence devant les escaliers pour retourner en classe)

ZOOM : Situation 3 : Les temps de réaction au départ

[Cliquez ici pour retrouver la situation présentée](#)



OBJECTIF	Être capable de mobiliser l'ensemble de ses ressources, pour coordonner les mouvements du corps et faire preuve de concentration afin de partir le plus rapidement possible lorsque la couleur que l'on représente est annoncée à voix haute. Cette situation à comme objectif de d'améliorer le temps de réaction des élèves pour qu'ils prennent un départ rapide.
BUT POUR L'ÉLEVE	<i>Que faire ? Départ en position de départ (=être en tension comme un ressort), ne partir seulement lorsque la couleur que l'on représente est annoncée. Il faut être le premier à réagir et donc à partir.</i>
CONSIGNE / DISPOSITIF	Cette situation est réalisée avec l'ensemble de la classe. Les élèves sont positionnées en colonnes (par 5 ou 6) derrière des plots de couleurs. La course s'effectue dans la longueur de la cour.

	<p>Concernant les <u>consignes</u>, les élèves doivent :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Partie en position de départ (=être en tension comme un ressort, jambes mi-fléchies et écartés, bras en opposition) ➤ Tous les élèves doivent partir le plus rapidement possible lorsque leur signal de départ (ici une couleur) est annoncé. => réagir vite. ➤ La vitesse durant la course doit être maximale (car on essaye de construire une course rapide). <p>Pour le <u>dispositif</u>, la distance à parcourir est d'environ une dizaine de mètres (contrainte de la taille de la cour). Les élèves sont placés entre deux plots au départ et doivent terminer leurs courses en passant au milieu des deux plots qui représente la ligne d'arrivée (situé en face de la zone de départ). Les mains sur les plots mettent les élèves indirectement dans la position de départ. Le fait de poser les mains sur les plots obligent les élèves à fléchir les jambes et à pencher très légèrement leurs bustes vers l'avant, une position propice au départ. Les élèves doivent courir le plus droit et vite possible.</p> <p>En ce qui concerne la <u>sécurité</u>, les élèves doivent attendre contre le mur lorsqu'ils ont fini leurs passages afin de ne pas gêner les élèves qui arrivent. Aucun risque objectif n'est à relever ici.</p> <p>L'exercice est réalisé pendant 10 minutes. Les élèves passant plusieurs fois sur différentes couleurs (=capacité d'adaptation).</p>
<p>CRITERES DE REUSSITES</p>	<p><i>Quand aurais-je réussi ?</i></p> <p>L'exercice est considéré comme réussi lorsque l'élève part vite et à l'annonce de la bonne couleur. L'image donné aux élèves est de « bondir » au départ comme un ressort.</p>
<p>CRITERES DE REALISATION</p>	<p><i>Comment faire ?</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Connaître la couleur qui doit engendrer le départ pour l'élève (=savoir ce qu'il faut faire et quand partir), • Être concentré sur la tâche pour éviter les erreurs dû à l'inattention, • Toujours conservé le regard droit en direction de l'arrivée pour produire une trajectoire de course droite. • Utiliser ses membres libres pour s'équilibrer, • Ne pas se laisser déconcentré par les élèves ayant déjà fini la tâche, • Être attentif au signal sonore, donc l'élève ne doit pas parler sinon il n'entendra pas le signal.
<p>VARIABLES DIDACTIQUES</p>	<p>En termes de prise d'information, l'exercice peut évoluer par des prises d'informations visuelles au départ (par exemple partir quand le foulard rouge est levé). En termes de réalisation motrice, des obstacles peuvent être placés entre la ligne de départ et la ligne d'arrivée donnant une superposition d'actions motrices et informationnelle à prendre en compte pour l'élève (=coordination).</p>
<p>CONDUITES ATTENDUES</p>	<p><i>Rappel :</i></p> <p>Cette situation permet aux élèves non seulement de travailler sans réelle volonté de leurs part la position de départ mais également le temps de réaction et la rapidité du départ.</p> <p>Il est attendu des élèves une réelle concentration au départ, afin de fixer leurs attentions sur l'objectif de l'exercice : partir vite et au bon moment. C'est-à-dire, réagir rapidement au signal sonore mais seulement lorsque la couleur à laquelle l'élève est associée est annoncée.</p>

	Cet exercice permet également d'appréhender la notion de « pousser longtemps dans le sol au départ » pour être efficace et partir vite.
CONDUITES OBSERVEES	<i>Qu'ont fait les élèves ? Les élèves ont pris beaucoup de plaisir à réaliser cet exercice. La variante avec les nombres a également bien fonctionné. Les élèves ont compris l'importance de la concentration durant la réalisation de la tâche car aucun ne parlaient lorsque venait leur tour. La position de départ avec les mains sur les plots c'est avéré pertinente car les élèves se sont retrouvé le buste légèrement en avant, les jambes écartées et légèrement fléchies avec la tête droite. Le côté ludique a rendu la situation très attractive pour les élèves qui voulaient sans cesse repasser. Grâce à la position de départ, les élèves ont réussi à prendre un départ rapide en poussant dans le sol longtemps au top de départ. Une progression à était largement remarquable au fur et à mesure des passages sur la durée du temps de réaction. Lors des premiers passages, les élèves soit partaient tard après le signal, soit se précipiter et ne partaient pas pour le bon signal (certains partaient à l'annonce de la couleur « rouge » alors qu'ils devaient partir à l'annonce de la couleur « bleu »). Au fur et à mesure des passages, cette conduite typique c'est peu à peu estompé, laissant place à un temps de réaction plutôt homogène entre les élèves. Selon moi, aucun élève n'a rencontré de grandes difficultés durant cette situation.</i>
ANALYSE	L'amélioration des comportements des élèves au niveau de l'attention peu s'expliquer par la volonté d'aller plus vite que les autres. Les élèves ont toujours cette notion de compétition en eux, que l'on essaye d'estomper légèrement pour éviter la précipitation des élèves. Ils sont donc d'avantage concentré et attentif pour ne pas louper le départ. Pour les temps de réaction, je pense que c'est la répétition qui a permis aux élèves d'être davantage concentré et attentif à tous ce qui se dit. Ils trouvent chacun des techniques personnelles et relativement efficace pour améliorer ce temps de réaction : certains me fixe du regard pour avoir une information visuelle, d'autre regardaient droit devant et se concentraient uniquement sur ce que je dis.
PERSPECTIVES	Je pense qu'il faudra continuer à travailler ce temps de réaction lors des prochaines séances en essayant d'insister sur l'absence d'informations visuelles lors des signaux sonores. Par exemple, en plaçant la personne qui annonce le départ derrière les élèves qui vont débiter la course afin d'éviter les conduites rencontrées avec la tête (la tête tournée peut ralentir la vitesse du départ, car les afférences sensorielles vont être perturbés). La position de départ étant efficace, elle devra petit à petit être automatiser par les élèves.

Bilan :

La séance s'est très bien déroulée, nous avons réalisé toutes les situations prévues. Les élèves étaient attentifs, joyeux et enthousiastes.

Ils ont bien intégré les règles d'or mis en place la séance précédente, cependant nous devons encore les répéter pour certains. Cette première séance où nous avons dû intervenir sur la classe complète était une réussite, les élèves ont compris qu'il fallait être plus attentif car ils étaient plus nombreux sur les exercices et nous ont aidé lors de l'installation des situations.

L'échauffement est de plus en plus naturel, ils ont assimilé la routine mise en place depuis le début et arrive à adapter leur comportement face à nos attentes. Nous cherchons, progressivement, à complexifier les exercices proposés afin d'améliorer les qualités motrices des élèves, tout en essayant d'en introduire des nouveaux.

Globalement, grâce à cette séance, les élèves ont progressé sur le temps de réaction. En effet, nous avons pu observer une diminution des temps de réactions au fur et à mesure des passages : ils partent vite, et sont efficace grâce à la position de départ, qui commence à être intégrée elle aussi.

Le jeu de la raquette, réalisée durant une des séances précédentes à était davantage compris par les élèves. L'espace latéral n'étant plus une découverte pour eux, ils ont pu se concentrer sur les signaux visuels plutôt que sur leurs appuis. Le regard était détaché du sol et les élèves n'appréhender plus la chute. Cependant la superposition du travail d'appui latéral, des repères sonores et visuels ainsi que la nécessité de concentration restent globalement difficiles à réaliser simultanément.

Nous tirons un retour positif de cette séance que ce soit par rapport à notre ressenti personnel mais par le retour de notre tuteur.

Evaluation critériée du stagiaire en situation			
NOM : CHAVY	Prénom : Alexandra	Visite du 19 octobre 2021	TOTAL = 18 / 20
P1. Maîtriser les savoirs disciplinaires et leur didactique (les APSA)			
La préparation est rigoureuse (le stagiaire sait ce qu'il souhaite enseigner)	4	3,5	
Les tâches présentent un intérêt didactique (= elles permettent « d'apprendre quelque chose »)			
Les obstacles didactiques qui permettent d'apprendre sont identifiés			
Les tâches permettent aux élèves de progresser selon leurs ressources (pertinence des situations = ni trop faciles, ni trop difficiles sont ajustées au thème de la séance (mises en évidence de liens intelligibles et logiques entre les objectifs et les tâches m			
Les tâches s'inscrivent dans une progression (prise en compte d'un « avant » et projection vers un « après »)			
P 2. Maîtriser la langue française dans le cadre de son enseignement			
Le stagiaire utilise un langage clair et adapté aux capacités de compréhension des élèves	2	2	
Il s'exprime en utilisant un français grammaticalement correct.			
P 3. Construire, mettre en œuvre et animer des situations d'ens. et d'app. prenant en compte la diversité			
La tâche fonctionne rapidement (explications efficaces sans pertes de temps inutiles)	6	5,5	
Le stagiaire se place correctement devant tous les élèves			
Il manifeste lui-même de l'envie, du plaisir, un certain dynamisme (comportement enthousiaste)			
Il adapte ses formes de communication il sait utiliser le « visuel » (gestuel, démonstrations, dessins...), et le « verbal » (explication			
La séance est rythmée (pas monotone) et les élèves manifestent de l'attention, de l'écoute			
Les élèves respectent les consignes de l'intervenant. Ils connaissent et appliquent les règles qui permettent d'agir en sécurité			
Le bruit est acceptable, pas d'indiscipline manifeste, ou de comportements déviants			
Le stagiaire sait comment intervenir si des comportements inadaptés se développent			
L'organisation des tâches motrices permet un temps d'engagement moteur important des élèves			
Les tâches sont adaptées à la diversité des élèves (modalités de différenciation)			
Les tâches proposées suscitent l'envie de s'engager et d'apprendre (dimension « hédonique » ou « ludique »)			
Les objectifs visés sont rendus explicites pour faire construire avec les élèves le sens des apprentissages			
Les tâches sont balisées pour guider les élèves (critères de réussite clairs, annoncés, et facilement repérables dans l'environ			
Le stagiaire gère le temps de la séance pour « faire apprendre » mais en évitant l'ennui			
Le matériel et les installations sont utilisés en maximisant la sécurité des enfants.			
P 4. Organiser et assurer un mode de fonctionnement du groupe favorisant l'apprentissage et la socialis			
Le stagiaire installe avec les enfants une relation de confiance et de bienveillance et un climat propice à l'apprentissage	4	3,5	
Tous les enfants sont impliqués et participent (pas seulement les plus performants)			
La séance est propice aux interactions sociales entre les enfants			
P 5. Etayer l'activité d'apprentissage - Évaluer les progrès et les acquisitions des élèves			
Le stagiaire se place de façon à observer tous les élèves (« balayages du regard » réguliers)	4	3,5	
Il repère les difficultés des élèves et il utilise différents moyens pour les aider à progresser en adaptant ses réponses à chacun			
Le stagiaire apporte aide les élèves dans les tâches mais il leur laisse aussi la part d'initiative et de tâtonnement propice aux app			
Il informe régulièrement l'apprenant sur la connaissance des résultats de son action, il le guide vers la réussite			
Un bilan de la séance est réalisé en impliquant les élèves			
A l'échelle de la séquence des outils permettant l'éval. des progrès et du degré d'acquisition des compétences sont construits			

Ce que nous avons retenu du bilan de monsieur Leca :

- Séance pertinente en lien avec notre objectif de séquence.
- Variété du format pédagogique utilisé qui implique plus ou moins d'élèves à chaque fois.
- Temps d'engagement moteur élevé.
- Position de départ avec les plots efficace, car il place l'élève dans une position idéale sans qu'il ne s'en rende compte.
- Situation originale (notamment avec l'idée des coupelles distribués à chacun, facilitant la répartition des élèves dans la cour).
- Prestance orale efficace pour chacune d'entre nous.

[Retour à la table des matières](#)

DATE : 9 nov. 2021

ACTIVITE : Athlétisme

SEANCE : n°6

THEME : Introduction à la notion de relai par la transmission du témoin durant un relai qui se succède.

NOMBRES D'ELEVES : 22

Prise en main du groupe :

Les élèves arrivent dans la cour, posent leurs bouteilles et s'assoient sur les murets d'un côté de la cour comme ils en ont l'habitude.

Nous nous plaçons devant eux et demandons le silence pour que l'on puisse avoir leurs attentions.

Nous leurs demandons si tout va bien et on leur pose des questions sur la dernière séance effectuée pour voir s'ils se souviennent des exercices proposés (résumer des différents ateliers). Rappel des règles d'or. Ensuite nous leurs expliquons le déroulement de la séance (échauffement, ateliers...) avec les différentes situations prévues tout en rappelant brièvement les consignes ainsi que les règles de sécurité.

Comme lors de la dernière séance, nous leurs réexpliquons que nous animerons les ateliers chacune à notre tour et qu'ils travailleront tous ensemble. Ils devront donc s'adresser seulement à la personne qui explique et corrige l'exercice.

Echauffement :

1/ Jeu du loup touche-touche.

ALISON

Les élèves courent partout dans la cour.

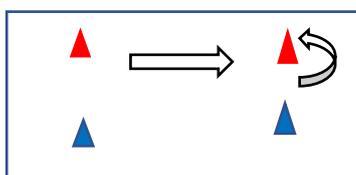
Un puis plusieurs loups seront désignés (au cours du jeu) : leurs buts étant de toucher avec une main les autres élèves. Ils doivent annoncer tout haut « toucher » lorsqu'ils touchent quelqu'un. Les élèves touchés doivent s'arrêter et deviennent loup à leurs tours.

Particularité : les loups ont un torchon dans la main. Lorsqu'ils touchent un élève, ils doivent lui transmettre le torchon à une seule main. Les loups

2/ Les gammes : ALEXANDRA

Création de deux équipes (rouges et bleus qui seront conservés durant toute la séance) qui se placent en colonne derrière le plot de départ.

Consignes : Aller d'un plot à l'autre en effectuant les exercices demandés, puis revenir au plot de départ en trottinant en passant par le côté indiqué.



Comme habituellement, les élèves passent deux fois sur chaque gamme. Les consignes varient d'un passage à l'autre.

Exercices demandés : (nous donnons les consignes chacune à notre tour)

- **Des montés de genoux** (monter les genoux vite mais se déplacer lentement/ monter les genoux doucement et se déplacer lentement)
- **Des talons fesses** (Toucher les talons sur les fesses le plus vite possible mais se déplacer lentement/ toucher les talons sur les fesses doucement et avancer lentement).
- **Battements de jambes avant (=tirade)** (les orteils regardent le ciel/ le buste doit être le plus droit possible)

sont donc les élèves porteurs de torchon. Les élèves doivent donc

BUT : être très attentifs car les loups vont changer souvent, et être rapide pour ne pas être touché (en essayant de feinter)

Bien rappeler des règles de sécurité (regarder où l'on va pour ne pas rentrer dans un camarade, ne pas aller dans les escaliers...).

- Course arrière (se retourner seulement lorsque l'on voit le torchon au sol (courir droit/ ne pas regarder derrière soi, mais regarder droit devant).
- Sprint => **Rappel POSITION DE DEPART ATTENDUE** (partir en position de départ / partir doucement puis accélérer en passant devant le torchon).

En plus des consignes orales, nous montrons (=démonstration) chaque exercice pour que tout le monde puisse le visualiser.

Situation 1 : travail des positions de départ **ALISON**

Situation que l'on a déjà faite auparavant pour revoir les positions de départ, les vitesses de réaction, l'utilisation des bras pendant la course (car ils reviennent de vacances).

Les élèves sont placés entre deux cônes de couleurs. Ils sont répartis en 5 colonnes. Chaque élève qui est en début de colonnes est en position de départ (les deux mains sur les cônes, les jambes fléchies, le buste légèrement en avant, en tension avec un ressort). Les élèves doivent partir lorsqu'ils entendent un numéro particulier.

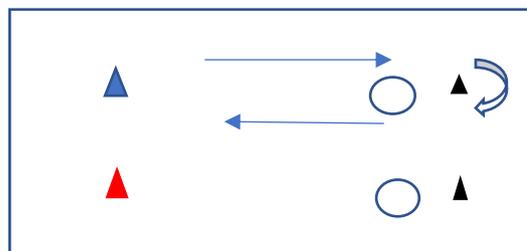
Par exemple : J'annonce une suite de chiffre et les élèves partent lorsqu'ils entendent le numéro 8.



BUT : réagir vite pour partir vite, revoir les positions de départ et travailler la vitesse d'exécution.

Variante : se positionner dos au plot (les élèves devront se souvenir de la couleur de leur plot sans repères

Situation 2 : Relai qui se succède **ALEXANDRA**



Les élèves sont répartis en plusieurs colonnes. Les premiers à partir sont derrière le plot de départ en position de départ, torchon à la main. Les élèves doivent courir, faire le tour du plot situé en face du départ puis au retour déposer le torchon dans le cerceau et prendre l'autre torchon (changement de torchon qui oblige l'élève à se baisser et donc à coordonner ses mouvements). Une fois le nouveau torchon récupéré l'élève court le plus rapidement possible au plot de départ pour aller donner le torchon

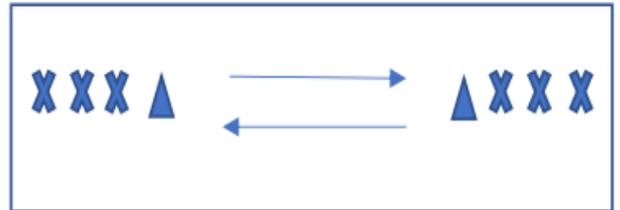
à l'élève suivant qui devra à son tour réaliser la même combinaison d'action. Le relai prend fin quand tous les élèves sont passés une fois.

Le but : donner à une seule main le torchon à son coéquipier sans le faire tomber. C'est une première approche du relai en donnant quelque chose à l'autre (jusqu'à maintenant les élèves se tapaient dans les mains pour déclencher le changement de coureur)

Situation 3 : Relai face à face ALISON

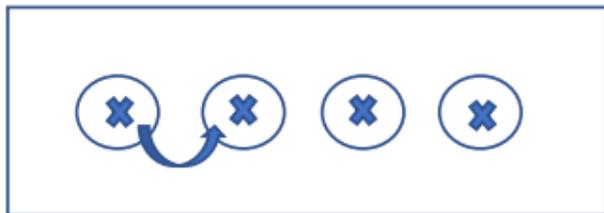
Les élèves sont par équipes de 6. Ils sont séparés (3 de chaque cotés) et sont en face les uns des autres.

Un élève situé à droite part avec un torchon a la main et cours le plus vite possible pour aller le donner à son coéquipier situé juste en face de lui. Le relai prend fin quand tous les élèves sont passés une fois.



Le but : donner à une seule main le torchon à son coéquipier sans le faire tomber. Comprendre qu'il ne faut pas « foncer » dans son coéquipier mais se décaler légèrement lors de la transmission du témoin pour perdre le moins de temps possible.

Situation 4 : Transmission du témoin ALEXANDRA



Les élèves sont en files indiennes dans des cerceaux : le premier a un torchon dans la main et le passe à celui de devant. Celui qui attend se tient prêt : **en demi-fente, le bras légèrement en arrière pour attraper le torchon, légèrement de profit, la main en pince**. Au signal, le torchon doit passer dans la main de tous les élèves : le dernier à recevoir le torchon doit le lever au-

dessus de sa tête pour signaler la fin de l'exercice. Lorsque tout le monde a fini, tous les élèves avancent d'un cerceau.

L'action se répète jusqu'à ce que tout le monde soit passé dans tous les cerceaux.

Variante : les élèves trottaient entre chaque échange (les cerceaux sont donc plus espacés).

Le but : découvrir l'échange du relai qui s'enchaîne (la position, les repères visuels, sonores, avoir quelqu'un qui court derrière nous...).

Situation 5 : Transmission du témoin ALISON

Travail des échanges du témoin : les élèves sont en ligne les uns derrière les autres à l'arrêt. Le dernier (celui qui peut voir le dos de tout le monde) a le torchon en main. Lorsqu'il dit « hop », le camarade juste devant lui doit tendre le bras en arrière avec la main positionné en pince pour attraper le torchon. Particularité : l'élève ne doit pas se retourner (=pas de repères visuels). L'exercice prend fin quand le torchon est passé dans toutes les mains. Le donneur doit utiliser une seule main pour transmettre le témoin tout comme le receveur ne doit utiliser qu'une seule main pour la réception (demande de la coordination)

Variante : les élèves trottaient doucement.

Le but : réagir avec un repère sonore et positionner correctement sa main pour que son partenaire n'est qu'à déposer le torchon dans sa main.

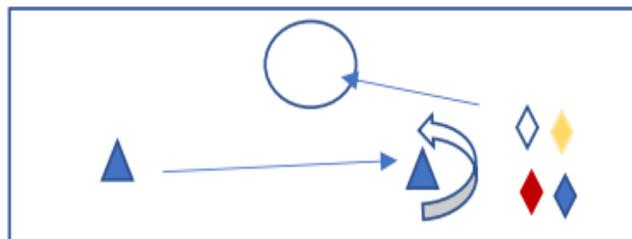
Situation 6 : Prévues mais nous n'avons pas eu le temps de la réaliser ALEXANDRA

Toujours dans l'idée d'apprendre à courir avec quelques choses dans la main et par équipe : relai qui se succède.

Départ derrière le plot de départ en position de départ. Chacun à son tour, courir et faire le tour du plot puis aller chercher une des coupelles de couleurs situé derrière le plot. Aller déposer sa

coupelle dans la zone délimiter puis revenir au point de départ en faisant le même chemin sur le retour (passer par le plot), puis donner le relai (en tapant dans la main) au suivant qui ira chercher une autre coupelle. Le relai prend fin quand toutes les coupelles sont dans la zones délimité et dans le bon ordre.

Le but : apprendre à courir avec un objet à la main et faire preuve de réflexion pour positionner les plots dans le bon ordre.



Situation 7 : Prévues mais nous n'avons pas eu le temps de la réaliser ALISON

Jeu du déménageur (déjà fait dans les premières séances) : le but étant de transporter tous les objets d'un point A à un point B le plus rapidement possible. Certains objets sont plus encombrants de qu'autre. Il faut être le plus rapide et donc être efficace lorsqu'on attrape et dépose les objets mais aussi quand on transmet le relai.

Retour au calme : étirements + bilan de séance

Travail d'équilibre pour le retour au calme :

Les élèves se mettent en cercle dans la cour :

- ⇒ Etape 1 : Tenir 10 secondes sur un pied
- ⇒ Etape 2 : Changer de pied
- ⇒ Etape 3 : Sur un pied, faire passer le torchon a son voisin avec une main sans jamais poser le deuxième pied au sol. Le torchon doit faire le tour du cercle sans que personne n'est poser les deux pieds par terre.

On essaye de reproduire chaque étapes deux ou trois fois pour que les élèves aient plusieurs tentatives.

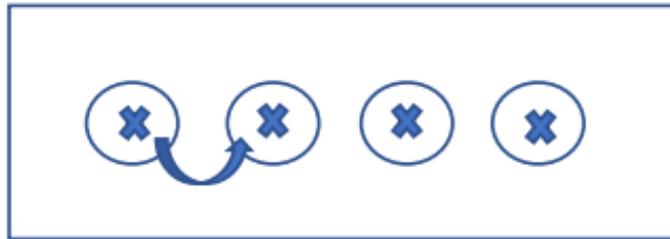
Etirements rapidement dans le silence :

- Debout, jambes serrées et tendues, aller toucher ses orteils avec ses mains.
- Position debout, on se grandit en allant chercher le ciel avec les mains et on se relâche.

+ BILAN AVEC LES ELEVES SUR LA SEANCE (puis on les fait récupérer leurs affaires et on leurs demandent de se ranger deux par deux en silence devant les escaliers pour retourner en classe)

ZOOM : Situation 4 : Transmission du témoin

[Cliquez ici pour retrouver la situation présentée](#)



OBJECTIF	Être capable de mobiliser l'ensemble de ses ressources, pour coordonner les mouvements du corps et faire preuve de concentration afin de faciliter le transfert et la réception témoin pour créer une performance collective.
BUT POUR L'ÉLÈVE	<i>Que faire ?</i> Tous les élèves sont les uns derrière les autres, placés dans un cerceau. Les élèves qui attendent le témoin doivent adopter une position correcte (bras tendu derrière, main en pince, regard dans le sens de la direction de course, jambes écartées et mi-fléchies) pour recevoir puis transmettre le plus rapidement possible le témoin pour qu'il arrive le premier dans la main du dernier élève qui représente la fin de l'exercice.
CONSIGNE / DISPOSITIF	Cette situation est réalisée avec l'ensemble de la classe. Les élèves sont répartis en 4 équipes de 5 ou 6 élèves. Concernant les <u>consignes</u> , elles sont données progressivement aux élèves afin d'observer les conduites typiques et leurs manières d'agir : <ul style="list-style-type: none">➤ Être chacun dans un cerceau➤ Être en position correcte de réception du témoin <i>correcte (bras tendu derrière, main en pince, regard dans le sens de la direction de course, jambes écartées et mi-fléchies)</i>➤ Être attentif et concentrer pour attraper le témoin lorsque qu'il touche la main du réceptionneur. Pour le <u>dispositif</u> , les cerceaux sont, dans cette première étape de découverte, très peu espacés, de sorte que les élèves puissent facilement se transmettre le témoin à son partenaire tout en restant dans son cerceau. L'une des évolutions directes de cet atelier peut donc être l'espace entre chaque cerceaux, obligeant l'élève à parcourir de la distance pour aller donner le témoin. En ce qui concerne la <u>sécurité</u> , les élèves ne doivent pas faire de gestes brusques, car ils sont très proche l'un de l'autre et se donner un coup facilement. Les élèves changent évidemment de place à chaque passage (« tout le monde avance d'un cerceau »). L'exercice est réalisé pendant 5 minutes.
CRITERES DE REUSSITES	<i>Quand aurais-je réussi ?</i> L'exercice est considéré comme réussi lorsque tous les élève réceptionnent le témoin à une seule main, en étant de dos à son camarade, sans faire tomber le témoin afin d'être de plus en plus rapide.

CRITERES DE REALISATION	<p><i>Comment faire ?</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Être concentré sur la tâche pour éviter les erreurs dû à l'inattention, • Ne pas se laisser déconcentré par les élèves des autres équipes, • Avoir le regard légèrement tourné du côté du bras tendu et utiliser sa vision périphérique pour observer l'environnement arrière. • Être attentif et écouter tous ce qui se passe pour être le plus informer possible afin de ne pas être surpris lors de la réception du témoin. • Être rapide sans se précipiter à tout prix afin de ne pas faire tomber le témoin.
VARIABLES DIDACTIQUES	<p>Il est possible de complexifier l'exercice en ajoutant une petite course entre les échanges (rapide ou non) qui demande une prise d'information et un contrôle supplémentaire du corps. En effet, cela complexifie la précision des échanges (il est plus compliqué de transmettre un témoin avec de la vitesse) et une gestion de la course afin de ne pas foncer dans son camarade.</p>

CONDUITES ATTENDUES	<p><i>Rappel :</i></p> <p>Cette situation permet d'aborder la notion de la transmission du témoin lors d'un relai qui s'enchaîne. À cause d'un manque de place, nous avons choisi d'aborder l'échange du témoin sans course durant l'échange, ni signal (indiquant à l'élève quand tendre le bras) mais plutôt à l'arrêt avec des positions du corps favorable à l'échange. Cette situation permettait d'apprendre à recevoir un témoin sans forcément le voir arriver. Les élèves doivent réceptionner le témoin en position attendue afin de transmettre efficacement le témoin à leurs camarades de devant. Nous construisons ici une première performance collective avec une équipe.</p>
CONDUITES OBSERVEES	<p><i>Qu'ont fait les élèves ?</i></p> <p>Les élèves ont très rapidement compris l'objectif de la tâche. Lors des premiers passages, la seule consigne donnée était d'être de dos (ou très légèrement de profit) à son camarade. Les échanges, étaient très peu efficace puisque les élèves ne tendaient pas la main derrière et chercher le témoin au lieu d'attendre que le camarade pose lui-même le témoin dans la main (en effet, c'est lui qui voit tout ce qui se passe donc c'est à lui d'agir). Puis progressivement, en aidant les élèves et en leurs donnant les clés de la réussite, les échanges deviennent construits. Les élèves, à force de répétition, commencent à découvrir l'espace arrière et à préciser leurs gestes. Le témoin passe plus rapidement à l'avant à chaque passage. Cependant, la position d'attente n'est pas encore acquise et comprise pour tous.</p>
ANALYSE	<p>Les élèves ont du mal à contrôler ce qu'ils ne voient pas. Ils cherchent le témoin car ils pensent être plus rapide avec cette solution, mais cela les handicape dans la progression du témoin. A cet âge, c'est le regard qui guide les actions. Sans repères visuels sur la commande motrices, les élèves ont du mal à contrôler leurs gestes. C'est pourquoi il est nécessaire de travailler la dissociation du regard du geste (que les élèves commencent à appliquer lors de la course, ils ne regardent plus leurs pieds) et la dissociation segmentaire (=être capable de faire des choses différentes simultanément).</p>
PERSPECTIVES	<p>Il va falloir travailler l'espace arrière avec les élèves, afin qu'ils n'aient pas d'appréhensions. Pour cela, les élèves devront apprendre à faire confiance à leurs camarades qui leurs donne le témoin, puisque c'est lui qui est responsable de la précision de celui-ci car il voit tout. L'élève devra apprendre à ne pas tout contrôler lui-même, car c'est une performance collective. Cela nécessite une grande répétition, car c'est celle-ci qui permettra à l'élève d'automatiser son geste.</p>

Bilan :

La séance s'est très bien déroulée, les élèves étaient moins nombreux que d'habitude, cela s'est ressenti durant la séance : les élèves étaient plus attentifs et plus participatifs (19 élèves).

Lors de l'échauffement le jeu du « loup touche-touche » à beaucoup plus aux élèves. Les règles étant acquises pour tous (c'est un jeu courant la cour de récréation), les enfants ont pu davantage se focaliser sur la transmission du témoin. Nous trouvons cette situation pertinente en début de séance car elle permet aux élèves de rentrer dans l'activité par un jeu en lien avec l'activité enseignée.

De plus l'échauffement avec les gammes devient acquis pour la totalité des élèves, chaque élève est capable de s'adapter lors des changements de consignes. Nous avons remarqué un progrès chez Lou et Adam, qui s'investissent toujours autant. Cependant, les nouvelles gammes introduites sont compliquées à assimiler et à réaliser pour eux.

Nous avons introduit la notion de relais, ce qui a beaucoup plus aux élèves car ils aiment être en équipe, ils s'encouragent et cela les motive à donner le meilleur d'eux même. Cependant lors des échanges de témoins la plupart des élèves rencontrent des difficultés lors de la réception de celui-ci : soit parce qu'il est mal donné (lancée, jetée...), soit parce qu'ils le prennent mal en main. Nous reviendrons sur ce point durant les prochaines séances en insistant sur le fait de toujours présenter la bonne main (en forme de pince). La transmission du témoin devra être au cœur de nos prochaines séances, car l'échange pose des difficultés aux élèves.

Depuis les premières séances, nous avons introduit une routine lors du retour au calme ayant pour but de travailler l'équilibre des élèves. Pour cela, nous avons mis en place une progression, partant d'un équilibre instable des élèves pour aller vers une forme d'équilibre stable. Pour cette séance, nous avons proposé un jeu d'équilibre avec un témoin à transmettre (toujours dans le thème de notre séance), qui fut une réussite.

Cependant nous n'avons pas pu réaliser la totalité des ateliers prévus, mais nous les programmerons pour la prochaine séance.

Nous tirons un retour positif de cette séance.

[Retour à la table des matières](#)

F/ Séance 7 : 16 novembre 2021

DATE : 16 nov. 2021

ACTIVITE : Athlétisme

SEANCE : n°7

THEME : Apprentissage de la prise en main du témoin et de la position efficace de réception.

NOMBRES D'ELEVES : 22

Prise en main du groupe :

Les élèves arrivent dans la cour, posent leurs bouteilles et s'assoient sur les murets d'un côté de la cour comme ils en ont l'habitude.

Nous nous plaçons devant eux et demandons le silence pour que l'on puisse avoir leurs attentions. Nous leur demandons si tout va bien et on leur pose des questions sur la dernière séance effectuée pour voir s'ils se souviennent des exercices proposés (résumer des différents ateliers). Rappel des règles d'or. Ensuite nous leur expliquons le déroulement de la séance (échauffement, ateliers...) avec les différentes situations prévues tout en rappelant brièvement les consignes ainsi que les règles de sécurité.

Comme lors de la dernière séance, nous leur réexpliquons que nous animerons les ateliers chacune à notre tour et qu'ils travailleront tous ensemble. Ils devront donc s'adresser seulement à la personne qui explique et corrige l'exercice.

Echauffement :

1/ Jeu du loup touche-touche.

ALEXANDRA

Les élèves courent partout dans la cour.

Un puis plusieurs loups seront désignés (au cours du jeu) : leurs buts étant de toucher avec une main les autres élèves. Ils doivent annoncer tout haut « toucher » lorsqu'ils touchent quelqu'un. Les élèves touchés doivent s'arrêter et deviennent loup à leurs tours.

Particularité : les loups ont un torchon dans la main. Lorsqu'ils touchent un élève, ils doivent lui transmettre le torchon à une seule main. Les loups sont donc les élèves porteurs de torchon. Les élèves doivent donc

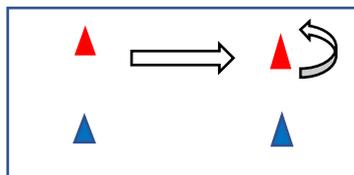
BUT : être très attentifs car les loups vont changer souvent, et être rapide pour ne pas être touché (en essayant de feinter)

VARIANTE : nous avons remarqué lors de la dernière séance que quelques élèves s'arrêtaient pendant le jeu pour se cacher ou parce que le loup était loin

2/ Les gammes : ALISON

Création de deux équipes (rouges et bleus qui seront conservés durant toute la séance) qui se placent en colonne derrière le plot de départ.

Consignes : Aller d'un plot à l'autre en effectuant les exercices demandés, puis revenir au plot de départ en trottinant en passant par le côté indiqué.



Comme habituellement, les élèves passent deux fois sur chaque gamme. Les consignes varient d'un passage à l'autre.

Exercices demandés : (nous donnons les consignes chacune à notre tour)

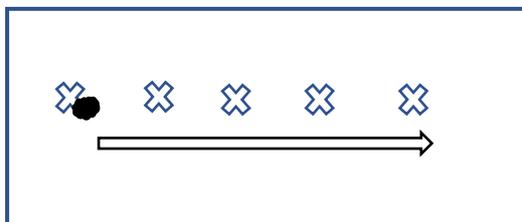
- **Des montés de genoux** (monter les genoux vite mais se déplacer lentement/faire la même chose mais en déplacement arrière)
- **Des talons fesses** (Toucher les talons sur les fesses le plus vite possible mais se déplacer lentement/faire la même chose mais en déplacement arrière).
- **Battements de jambes avant (=tirade)** (les orteils regardent le ciel/ le buste doit être le plus droit possible)
- **Foulées bondissantes** (sauter au-dessus de grandes « flaques d'eau » / rebondir à chaque appui).
- **Sprint** (départ assis au sol jambes tendues devant, partir au signal / partir vite et ralentir en passant le torchon).

d'eux. Cette fois dès que quelqu'un s'arrête plus de 3 secondes, ils auront un gage, ils vont devoir faire 3 « jumping jack » pour les forcer à ne pas s'arrêter.

Bien rappeler des règles de sécurité (regarder où on va pour ne pas rentrer dans un camarade, ne pas aller dans les escaliers...).

En plus des consignes orales, nous montrons (=démonstration) chaque exercice pour que tout le monde puisse le visualiser.

Situation 1 : Transmission du témoin **ALEXANDRA**



Les élèves sont en files indiennes les uns derrière les autres : le premier a un torchon dans la main et le passe à celui de devant. Celui qui attend se tient prêt : en demi-fente le bras légèrement en arrière pour attraper le torchon, légèrement de profit avec la main en pince. Au signal, le torchon doit passer chez tous les élèves : le dernier à recevoir le torchon le levé au-dessus de la tête.

Variante : les élèves marchent lors de l'échange.

BUT : découvrir l'échange du relai qui s'enchaîne (la position, les repères visuels, sonores, avoir quelqu'un qui court derrière nous...)

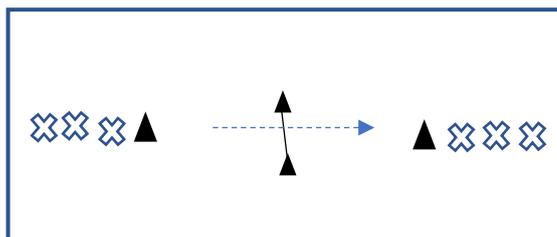
Situation 2 : Jeu de vitesse avec un torchon comme témoin **ALISON**



Les élèves sont séparés en deux équipes, ils doivent courir en allant toucher un plot, ensuite revenir au point de départ puis retourner toucher un plot plus loin, revenir au point de départ et ainsi de suite. Une fois tous les plots touchés il faut revenir au plot de départ pour donner le torchon à son camarade qui pourra démarrer l'exercice. Utiliser les couleurs pour faciliter la compréhension.

BUT : ne pas s'arrêter, bien toucher tous les plots avec une seule main et transmettre le témoin sans le jeter à son camarade.

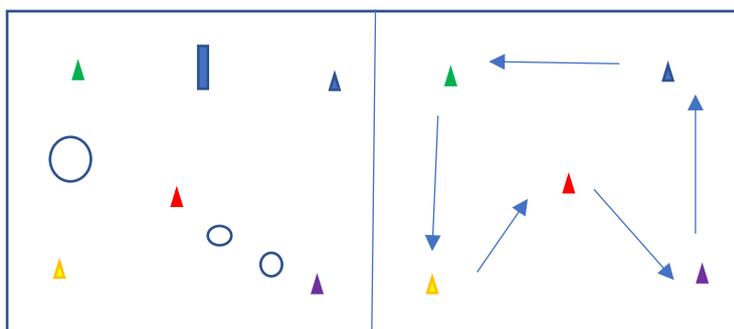
Situation 3 : Relai face à face avec haie ALEXANDRA 



Les élèves sont par équipes de 6. Ils sont séparés (3 de chaque cotés) et sont en face les uns des autres. Un élève situé à droite part avec un torchon a la main et cours le plus vite possible en sautant la haie située au milieu du parcours pour aller le donner à son coéquipier situé juste en face de lui. Le relai prend fin quand tous les élèves sont passés une fois.

BUT : donner à une seule main le torchon à son coéquipier sans le faire tomber. Ne pas se précipiter pour être efficace.

Situation 4 : Relai avec obstacle (nous n'avons pas eu le temps de le faire) ALISON



Lors de notre première séance nous avons organisé un relais en triangle pour analyser leurs conduites typiques lors d'une course en relais. Maintenant qu'ils ont appris les positions de départ, la vitesse ainsi que de savoir donner un témoin comme il faut, il est temps de mettre tout cela en application !

Les élèves sont séparés en deux équipes. Chaque équipe va effectuer un relais avec différents obstacles. Les élèves vont devoir aller d'un plot à l'autre pour aller donner le témoin à son camarade. Tous les élèves devront passer à chaque plot. Après avoir donné le témoin, l'élève doit se placer derrière les autres pour attendre son tour.

BUT : partir une fois le témoin en main, ne pas faire tomber le témoin Aller du plot bleu au plot vert, au plot jaune, au plot rouge, au plot violet et revenir au plot bleu

Situation 5 : Jeu du déménageur ALEXANDRA

Les élèves sont redivisés en 2 équipes mixtes et homogènes.

Jeu du déménageur (déjà fait lors des premières séances) : le but étant de transporter tous les objets d'un point A à un point B le plus rapidement possible. Certains objets sont plus encombrants que d'autres. Il faut être le plus rapide et donc être efficace lorsqu'on attrape et dépose les objets mais aussi quand on transmet le relai

BUT : Être l'équipe la plus rapide à déplacer tous les objets d'un cerceau à l'autre, ne pas s'arrêter, bien toucher tous les plots avec une seule main et transmettre le témoin sans le jeter à son camarade.

Retour au calme : étirements + bilan de séance

Travail d'équilibre pour le retour au calme :

Les élèves se mettent en cercle dans la cour :

- ⇒ Etape 1 : Tenir 10 secondes sur un pied
- ⇒ Etape 2 : Changer de pied
- ⇒ Etape 3 : Sur un pied, faire passer le torchon à son voisin avec une main sans jamais poser le deuxième pied au sol. Le torchon doit faire le tour du cercle sans que personne n'est poser les deux pieds par terre.

On essaye de reproduire chaque étapes deux ou trois fois pour que les élèves aient plusieurs tentatives.

Etirements rapidement dans le silence :

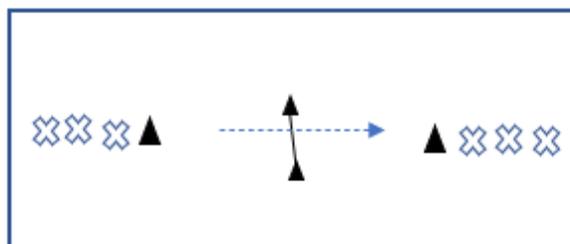
- Debout, jambes écartées et tendues, aller toucher son pied gauche avec sa main droite, puis inversement.

- Position debout, on se grandit en allant chercher le ciel avec les mains et on se relâche.

+ BILAN AVEC LES ELEVES SUR LA SEANCE (puis on les fait récupérer leurs affaires et on leurs demandent de se ranger deux par deux en silence devant les escaliers pour retourner en classe)

ZOOM : Situation 3 : Relai face à face avec haie

[Cliquer ici pour retrouver la situation présentée](#)



OBJECTIF

Être capable de mobiliser l'ensemble de ses ressources, pour coordonner les mouvements du corps et faire preuve de concentration afin de faciliter la réalisation de l'exercice ainsi que la transmission/la réception du témoin pour créer une performance collective

BUT POUR L'ELEVE

Que faire ?

Départ en position de départ (=être en tension comme un ressort), prêt à recevoir le témoin pour faciliter la rapidité et la qualité de l'échange du témoin. Attendre de recevoir le témoin pour s'élancer correctement dans la réalisation de la tâche, en sautant un pied après l'autre au-dessus de la haie.

<p>CONSIGNE / DISPOSITIF</p>	<p>Cette situation est réalisée avec l'ensemble de la classe. Les élèves sont répartis en équipes, divisées d'un côté et de l'autre de la classe (3 sont à gauche, 4 sont à droite).</p> <p>Concernant les <u>consignes</u>, cette situation étant connue des élèves (car elle a déjà été réalisée durant les séances précédentes), ils pourront eux même nous expliquer l'exercice et les consignes associées à celui-ci.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Être attentif et concentrer pour attraper le témoin correctement lorsque son camarade approche (tendre sa main devant pour perdre le moins de tend possible, en position de départ). ➤ Ne pas se précipiter et attendre d'être sûre d'avoir bien le témoin en main avant de partir ➤ Le camarade arrivant pour donner le témoin, ne doit pas arriver face au prochain relayeur (car cela retarderait son départ), mais doit légèrement se décaler par rapport à lui (favorisant l'échange). <p>L'élève qui vient de passer, doit se replacer derrière la colonne et attendre que son tour revienne dans le calme pour ne pas déranger ceux qui ne sont pas passé.</p> <p>Pour le <u>dispositif</u>, les élèves sont placés chacun entre deux plots, dessinant une ligne de départ à ne pas dépasser. La course à réaliser est d'environ de 10 mètres. La haie à sauter au milieu de la course est une évolution de la tâche. Celle-ci nécessite une coordination supplémentaire, car l'élève doit gérer non seulement sa course, l'obstacle mais aussi la transmission du témoin.</p> <p>En ce qui concerne la <u>sécurité</u>, les élèves ne doivent pas « foncer » dans leurs camarades à tout allure (ce qui pourrait être dangereux et qui ne facilite pas du tout l'échange).</p> <p>L'exercice est réalisé pendant 10 minutes.</p>
<p>CRITERES DE REUSSITES</p>	<p><i>Quand aurais-je réussi ?</i></p> <p>L'exercice est considéré comme réussi lorsque les élèves arrivent à produire une performance collective, grâce à l'implication de chacun, sans faire tomber ni le témoin, ni la haie.</p>
<p>CRITERES DE REALISATION</p>	<p><i>Comment faire ?</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Être concentré sur la tâche pour éviter les erreurs dû à l'inattention, notamment au départ. • Ne pas se laisser déconcentré par les autres élèves qui n'ont pas le même signal de départ, • Pour le réceptionneur, avoir le regard légèrement tourné du côté du bras tendu et utiliser sa vision périphérique pour observer l'environnement arrière. • Être attentif et écouter tous ce qui se passe pour être le plus informer possible afin de ne pas être surpris lors de la réception du témoin. • Être rapide sans se précipiter afin de ne pas faire tomber le témoin.
<p>VARIABLES DIDACTIQUES</p>	<p>Il est possible d'augmenter la distance à parcourir, la variété d'obstacles (qui peuvent s'accumuler) ou le type de signal de départ pouvant complexifier la prise d'information pour les élèves mais aussi la coordination. L'échange peut également être complexifier par le type de témoin utiliser. Par exemple, une petite balle pourrait permettre de travailler la précision des échanges, obligeant les élèves à prêter d'avantage d'attention à la qualité de la transmission.</p>

CONDUITES ATTENDUES	<p><i>Rappel :</i> A travers cette situation, les élèves doivent construire une performance collective afin de réaliser un relais qui se succède sans faire chuter le témoin ou la haie. Les élèves doivent se concentrer sur la qualité de l'échange afin de ne pas perdre de temps.</p>
CONDUITES OBSERVEES	<p><i>Qu'ont fait les élèves ?</i> L'exercice n'étant pas une découverte pour les élèves, les consignes ont très rapidement étaient appliquées par les élèves qui comprennent l'importance de la qualité de l'échange pour limiter les pertes de temps. Les élèves veulent en permanence gagner face à l'autre équipe, alors qu'on ne leurs parlent pas de compétitions. Cependant, ils acceptent mieux la défaite. Les échanges deviennent plus clairs, les élèves attendant avec la main en avant que le relayeur arrive. Certains comprennent qu'il faut se décaler pour la transmission, mais pour d'autres, cela n'est pas du tout mis en place malgré nos tentatives de remédiations et nos démonstrations multiples. Peu de témoins sont tombés durant la réalisation de l'exercice, montrant ainsi la progression des élèves. La haie n'a posé de problèmes à aucun élève puisqu'ils ont tous réussi à mettre en application leurs apprentissages antérieur (durant les premières séances) sur cette situation.</p>
ANALYSE	<p>Je pense que les élèves ont tendance à toujours trop se précipiter durant la réalisation du relais. Cette envie de toujours vouloir faire mieux que les autres entraînent des conduites typiques. En effet, certains sont focalisés sur la vitesse et ne prête aucunes attentions au reste. Les consignes et conseils sont alors délaissés. Les élèves choisissent sur quoi porter leurs attention (=attention sélective), ce qui diminue l'efficacité de leurs actions. Je pense que l'amélioration des échanges (le fait que très peu de témoin soient tombés durant l'exercice) est dû à la variété des tâches proposées depuis plusieurs séances mais aussi grâce aux nombreuses répétitions de celles-ci. Cette tâche étant déjà connue des élèves, ils ont pu ainsi anticiper leurs comportements tout en s'adaptant à la nouvelle contrainte : le saut de haie.</p>
PERSPECTIVES	<p>Pour les prochaines séances, il faudra continuer de travailler l'échange et la précision de celui-ci. Il faudra également trouver une solution pour focaliser l'attention des élèves sur la technique des échanges pour l'améliorer et pouvoir plus tard la réaliser avec une plus grande vitesse. C'est-à-dire qu'il faudra limiter cette notion de compétition entre les élèves en utilisant par exemple la notion de chronométrage. Les élèves devront alors améliorer leurs performances collectives en fonction de l'équipe et non en fonction des autres.</p>

Bilan :

Les élèves sont de retour des vacances, nous appréhendions que les élèves aient oublié les acquis.

Cependant, la séance s'est très bien déroulée, nous avons eu le temps que faire presque tous les ateliers prévus. Les règles d'or mis en place avant les vacances n'ont pas été oublié mais sont plus vraiment appliquées. Nous avons dû en punir certains a plusieurs reprises. Les routines sont toujours aussi efficaces que lors des séances précédentes.

En ce qui concerne la position de départ, elle est acquise pour la totalité des élèves. Ils le font instinctivement. Cela rend leurs départs de course plus tonique.

Concernant les échanges du témoin, les élèves ont compris qu'il ne fallait pas lancer le témoin car cela entraînait souvent la chute de celui-ci. Mais certains ont quand même tendance à vite s'en débarrasser plutôt que de le donner à efficacement son camarade ce qui rend la prise en main du témoin compliqué.

La notion de « relais » est comprise : tous les élèves doivent courir vite pour participer à la performance du groupe. Ce n'était pas le cas avant : ils ne prenaient pas en compte la notion de vitesse dans leurs courses. Les élèves ont toujours cet esprit de compétition qui les poussent à donner le meilleur d'eux même : même s'ils ne sont pas gagnants, ils restent persévérants. Les élèves prennent de plus en plus de plaisir à courir dû aux faites qu'ils sont en équipes et prennent de plus en plus confiance en eux.

Nous tirons un bilan positif de cette séance.

[Retour à la table des matières](#)

[G/ Séance 8 : 23 novembre 2021](#)

DATE : 23 nov. 2021

ACTIVITE : Athlétisme

SEANCE : n°8

THEME : Travail de la précision des échanges du témoin, et de la vitesse de déplacement.

NOMBRES D'ELEVES : 22

Prise en main du groupe :

Les élèves arrivent dans la cour, posent leurs bouteilles et s'assoient sur les murets d'un côté de la cour comme ils en ont l'habitude.

Nous nous plaçons devant eux et demandons le silence pour que l'on puisse avoir leurs attentions.

Nous leur demandons si tout va bien et on leur pose des questions sur la dernière séance effectuée pour voir s'ils se souviennent des exercices proposés (résumer des différents ateliers). Rappel des règles d'or.

Ensuite nous leur expliquons le déroulement de la séance (échauffement, ateliers...) avec les différentes situations prévues tout en rappelant brièvement les consignes ainsi que les règles de sécurité.

Comme lors de la dernière séance, nous leur réexpliquons que nous animerons les ateliers chacune à notre tour et qu'ils travailleront tous ensemble. Ils devront donc s'adresser seulement à la personne qui explique et corrige l'exercice.

Echauffement :

1/ Jeu du loup touche-touche.

ALISON

Les élèves courent partout dans la cour.

Un puis plusieurs loups seront désignés (au cours du jeu) : leurs buts étant de toucher avec une main les autres élèves. Ils doivent annoncer tout haut « toucher » lorsqu'ils touchent quelqu'un. Les élèves touchés doivent s'arrêter et deviennent loup à leurs tours.

Particularité : les loups ont un torchon dans la main. Lorsqu'ils touchent un élève, ils doivent lui transmettre le torchon à une seule main. Les loups sont donc les élèves porteurs de torchon. Les élèves doivent donc

BUT : être très attentifs car les loups vont changer souvent, et être rapide pour ne pas être touché (en essayant de feinter)

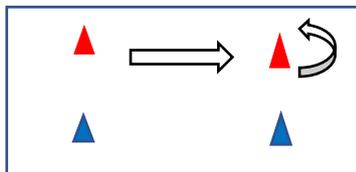
VARIANTE : nous avons remarqué lors de la dernière séance que quelques élèves s'arrêtaient pendant le jeu pour se cacher ou parce que le loup étaient loin d'eux. Cette fois dès que quelqu'un s'arrête plus de 3 secondes, ils auront un gage, ils vont devoir **faire 5 sauts à cloche pied pour les forcer à ne pas s'arrêter.**

Bien rappeler des règles de sécurité (regarder où on va pour ne pas rentrer dans un camarade, ne pas aller dans les escaliers...).

2/ Les gammes : **ALEXANDRA**

Création de deux équipes (rouges et bleus qui seront conservés durant toute la séance) qui se placent en colonne derrière le plot de départ.

Consignes : Aller d'un plot à l'autre en effectuant les exercices demandés, puis revenir au plot de départ en trottinant en passant par le côté indiqué.



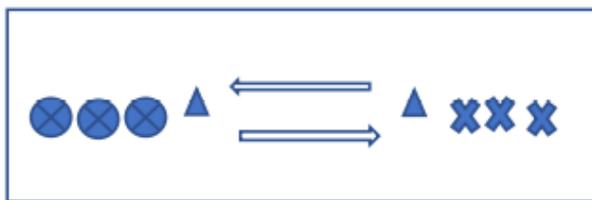
Comme habituellement, les élèves passent deux fois sur chaque gamme. Les consignes varient d'un passage à l'autre.

Exercices demandés : (nous donnons les consignes chacune à notre tour)

- **Des montés de genoux** (monter les genoux vite mais se déplacer lentement/faire la même chose mais en déplacement arrière)
- **Des talons fesses** (Toucher les talons sur les fesses le plus vite possible mais se déplacer lentement/ faire la même chose mais en déplacement arrière).
- **Marche sur pointes** (monter le plus haut possible sur les pointes de pieds pour aller toucher le ciel avec ses mains)
- **Marche sur talons** (Les orteils ne doivent pas toucher le sol).
- **Sauts en progressions** (conserver les deux pieds serrés / utiliser les bras pour se propulser vers l'avant)
- **Pas chassés** (monter haut en tendant les jambes en l'air)
- **Sprint** (départ en position de départ/ partir vite au signal sonore ou visuel).

En plus des consignes orales, nous montrons (=démonstration) chaque exercice pour que tout le monde puisse le visualiser.

Situation 1 : Relai face à face avec témoin ALISON



Comme la semaine dernière les élèves sont par équipes de 6. Chaque équipe est séparé en deux groupes les uns en face des autres.

Le premier élève situé du côté droit par avec une **petite balle dans la main** (qui fait office de témoin) et cours le plus vite possible pour aller la donner à son coéquipier situé juste en face de lui. Celui-ci effectue la même action. Le relais prend fin quand tous les élèves sont passés une fois.

BUT : les élèves avaient l'habitude de se donner un torchon mais nous avons observé que l'échange du témoin n'était pas la priorité des élèves qui ont tendance à jeter ou à se débarrasser de celui-ci. Cette fois ci c'est une petite balle qui servira de témoin, les élèves devront donc être précis et faire plus attention à la manière dont ils donnent la balle à leurs camarades.

Situation 2 : Jeu du déménageur revisité ALEXANDRA



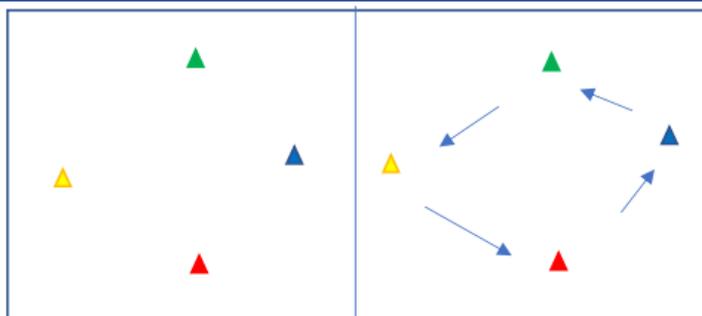
Les élèves sont par équipes de 7 en colonne les uns derrière les autres. Chacun est positionné derrière un plot.

Rappel échanges des témoins : le premier élève (qui voit le dos de tout le monde) tient un torchon à la main et doit courir pour aller le donner à son camarade situé devant lui. Celui-ci l'attend en position prêt à recevoir le témoin (jambes mi-fléchies, bras tendu en arrière, le buste est tourné dans la direction de marche...).

BUT : le torchon doit passer le plus rapidement possible devant grâce à une transmission correcte du témoin.

VARIANTE : jeu du déménageur : Les élèves doivent transmettre plusieurs objets du cerceau de départ jusqu'au cerceau d'arrivé, en respectant les consignes de départ. Il faudra donc qu'ils reviennent à leurs plots en position correcte (près la réception de chaque témoin) et courir vite pour aller le donner à sa camarade devant). Attention, le premier élève ne peut donner le second objet au second lorsque le premier objet a été posé dans le cerceau d'arrivé.

Situation 3 : Relai avec obstacles ALISON



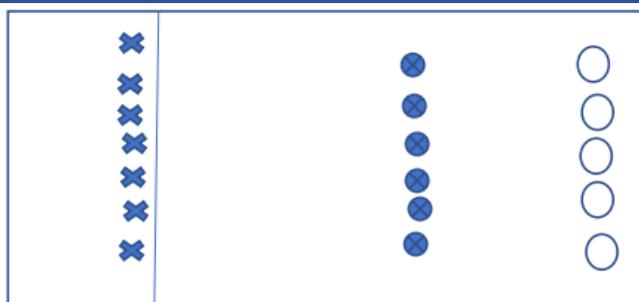
Séparé en deux équipes, chaque équipe vont effectuer un relais sur un parcours avec différents obstacles à chaque fois. Ils vont devoir aller d'un plot à l'autre pour aller donner le témoin à son camarade.

La cour sera alors divisée en deux parties, créant deux relais simultanément.

L'objectif étant d'apporter le relais et de donner celui-ci à son camarade en arrivant derrière lui. Il devra donc être prêt à partir. Les élèves sont 3 à chaque plot. L'équipe à droite de la cour doit courir plus vite que l'équipe gauche. Tout le monde doit passer une fois.

BUT : partir une fois le témoin en main, ne pas faire tomber le témoin Aller du plot bleu au plot vert, au plot jaune, au plot rouge puis revenir au plot bleu

Situation 4 : Jeu du béret revisité ALEXANDRA



Les élèves sont en duo. Un élève se trouve sur la première ligne avec un torchon à la main et l'autre élève sur une autre ligne située un peu plus loin. Ils sont l'un en face de l'autre mais ne se regardent pas (les élèves sur la deuxième ligne sont de dos aux autres).

Un cerceau est positionné un peu plus loin derrière la deuxième ligne d'élèves.

Une couleur est attribuée à chaque duo (soit rouge, soit bleu, soit vert, soit jaune => plusieurs duos peuvent avoir la même couleur).

Dès qu'une couleur est annoncée (ex : rouge) les élèves sur la première ligne dont la couleur rouge leur a été attribuée (avec le torchon à la main) court donner le torchon à son camarade. Le camarade l'attendant en position correcte (voir ci-dessus) va recevoir le témoin puis va courir déposer le torchon dans le cerceau situé en face de lui

BUT : être le plus rapide possible, ne pas faire tomber le torchon, réagir vite quand sa couleur est annoncée.

⇒ Les élèves doivent prendre les deux rôles => on échangera la place des élèves après quelques passages.

Situation 5 : Prévues mais nous n'avons pas eu le temps de la réaliser

Les élèves sont séparés en deux équipes. Chacun dispose de 3 torchons. Des cerceaux sont positionnés en face deux. Le but étant de réaliser le jeu du morpion. Les trois premiers élèves à passer déposent les torchons et les suivants peuvent les déplacer. Le but étant de construire une ligne avec ses torchons (ou une diagonale). Un seul élève à la fois peut aller déplacer un torchon. Il doit le toucher une seule fois puis doit aller donner le relais à son camarade en lui tapant dans la main. Le but étant d'être rapide : plus les élèves seront rapides, plus ils auront la possibilité d'échanger les places des torchons et donc de construire une ligne.

BUT : partir une fois le témoin en main, ne pas faire tomber le témoin, aller du plot bleu au plot vert, au plot jaune, au plot rouge, au plot violet et revenir au plot bleu

Retour au calme : étirements + bilan de séance

Travail d'équilibre pour le retour au calme :

Les élèves se mettent en cercle dans la cour :

- ⇒ Etape 1 : Equilibre sur ½ pointes par deux les yeux ouverts puis les yeux fermés. Les élèves sont face à face et se tiennent avec les mains. Ils doivent monter sur demi pointes et tenir le plus longtemps possible dans cette position.
- ⇒ Etape 2 : Même chose mais les élèves tiennent sur un seul pied.
- ⇒ Etape 3 : En cercle sur un pied dos à tout le monde, maintenir un équilibre en faisant tourner un torchon sans le faire tomber. Les élèves ne voient pas le torchon arriver, cela demande donc de l'écoute et de la concentration.

On essaye de reproduire chaque étapes deux ou trois fois pour que les élèves aient plusieurs tentatives.

Etirements rapidement dans le silence :

- Un pied sur le muret et l'autre pied par terre, venir toucher le pied sur le muret
- D'une main se tenir au barreau et avec l'autre main venir attraper sa cheville pour toucher la fesse (étirer le quadriceps)

+ BILAN AVEC LES ELEVES SUR LA SEANCE (puis on les fait récupérer leurs affaires et on leurs demande de se ranger deux par deux en silence devant les escaliers pour retourner en classe)

ZOOM : Situation 4 : Jeu du béret revisité.

[Cliquez ici pour retrouver la situation présentée](#)



OBJECTIF	Être capable de mobiliser l'ensemble de ses ressources, pour coordonner les mouvements du corps et faire preuve de concentration afin de faciliter la réalisation de l'exercice ainsi que le transfert/la réception du témoin pour créer une performance en duo.
BUT POUR L'ÉLÈVE	<p><i>Que faire ?</i></p> <p>Les élèves sont en duo. Ils doivent réussir à se transmettre le témoin de manière efficace, avec le réceptionneur dos au relayeur (prêt à recevoir le témoin) sans le faire tomber. Les élèves partent seulement lorsque la couleur à laquelle ils sont attribué (la couleur de la coupelle devant laquelle ils se situe) est annoncé.</p>
CONSIGNE / DISPOSITIF	<p>Cette situation est réalisée avec l'ensemble de la classe. Les élèves sont en duo, l'un derrière l'autre mais séparé d'environ 5 mètres.</p> <p>Concernant les <u>consignes</u>, les élèves doivent :</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Départ en position de départ derrière le plot. ➤ Partir vite lorsque la couleur du plot devant lequel ils se situe est annoncé. ➤ Aller transmettre le témoin au receveur en donnant de manière précise le témoin dans la main de celui-ci (qui se tient prêt, jambes écartés et mi-fléchies, bras tendu en arrière. ➤ Le second relayeur doit aller poser le témoin dans le cerceau situé devant lui lorsqu'il a reçu le témoin. <p>Pour le <u>dispositif</u>, la distance à parcourir est d'environ une 5 mètres par élèves (contrainte de la taille de la cour). Le but étant d'introduire le relai qui s'enchaîne, car les élèves sont tous les deux impliqués dans la course. Chaque élève est situé devant un plot, délimitant une ligne de départ. Les cerceaux représentent la ligne d'arrivée.</p> <p>En ce qui concerne la <u>sécurité</u>, les élèves doivent contrôler leurs allures pour ne pas « rentrer » dans la camarade devant lui, cela demande une légère décélération avant la transmission.</p> <p>L'exercice est réalisé pendant 10 minutes. Les élèves passant plusieurs fois sur les deux postes (=capacité d'adaptation).</p>
CRITERES DE REUSSITES	<p><i>Quand aurais-je réussi ?</i></p> <p>L'exercice est considéré comme réussi si les élèves partent au bon signal sonore et réussissent la transmission du témoin sans le faire tomber.</p>
CRITERES DE REALISATION	<p><i>Comment faire ?</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Être concentré sur la tâche pour éviter les erreurs dû à l'inattention, • Ne pas se laisser déconcentré par les élèves des autres duos qui n'ont pas le même signal de départ, • Pour le réceptionneur, il doit avoir le regard légèrement tourné du côté du bras tendu et utiliser sa vision périphérique pour observer l'environnement arrière. • Être attentif et écouter tous ce qui se passe pour être le plus informer possible afin de ne pas être surpris lors de la réception du témoin. • Être rapide sans se précipiter à tout prix afin de ne pas faire tomber le témoin.

VARIABLES DIDACTIQUES	La tâche peut être complexifier en ajoutant davantage d'élèves ou d'obstacles afin de d'augmenter la difficulté des prises d'informations. Il est possible également de faire enchaîner le rôle de transmetteur et celui de réceptionneur du témoin dans la même situation (le réceptionneur va faire le tour d'un plot et revient donner le témoin au premier élève).
CONDUITES ATTENDUES	<i>Rappel :</i> On observe ici, la capacité des élèves à prendre les deux rôles du relai : celui de transmetteur et de réceptionneur du témoin mais aussi les temps de réaction au départ. Les élèves doivent être attentifs et respecter les consignes afin de réussir à transmettre le témoin sans le faire tomber et en perdant le moins de temps possible.
CONDUITES OBSERVEES	<i>Qu'ont fait les élèves ?</i> Les élèves ont très rapidement compris comment fonctionnait l'atelier. Cependant, le fait que les duos soient mixtes à perturber les élèves qui étaient plus dispersés. Il a fallu les reprendre. Concernant la réalisation motrice, les élèves ont tous appliqué la position adéquate pour réceptionner facilement le témoin. Les positions de départ sont mises en place instinctivement pour les autres. Plus aucun témoin n'est jeté, tous les élèves s'appliquent dans la transmission. En effet, ils ont compris que la précision leurs permettait de gagner du temps sur les autres. Concernant la vitesse de réaction, elle est beaucoup plus rapide que durant les premières séances, car les élèves étaient davantage concentrés. Les élèves partent vite dès qu'ils reçoivent le témoin.
ANALYSE	Cette progression des élèves est expliquée par le fait que les élèves commencent à automatiser le geste attendu à force de le répéter. La précision s'améliore car les élèves y prêtent davantage attention. A leurs niveaux, ils arrivent à détacher le regard du sol et se focalisent sur le partenaire. L'échange devient efficace et instinctif pour les élèves.
PERSPECTIVES	Durant les prochaines séances, les élèves devront continuer de répéter ce geste inclut dans différentes formes de relai, pour qu'il devienne efficace à tous les passages, même si la complexité des tâches augmente. La position de réception permettra d'évoluer dans le long terme vers un échange du témoin durant la course et avec un signal sonore pour le déclencher. Cette étape n'est malheureusement pas réalisable dans la petite cour que nous avons, mais l'apprentissage des positions ne seront que favorable aux élèves.

Bilan :

Les élèves étaient peu nombreux, mais diminution d'effectif à été compensé par quelques élèves de la classe des CP.

Mr. SANCHEZ, nous a proposé de ne pas inclure les élèves de CP si cela ne nous mettait pas en difficulté. Cependant, nous avons perçue cette occasion comme positive pour nous. En effet, cela nous a permis d'apprendre à nous adapter sur le moment présent. Nous avons donc intégré les quelques élèves (4 élèves) de CP dans toutes nos situations prévues.

Cette expérience fut bénéfique pour nous mais pour les élèves également. En effet, les CE2/CM1 avaient comme rôle d'expliquer et de montrer les situations aux CP. Tous étaient très investis et volontaires.

C'est également grâce à cette expérience que nous avons pu nous apercevoir non seulement que notre classe avait progressé sur les situations mais aussi que la compréhension des élèves de CP n'est pas la même que celle des CE2/CM1. Même si les plus jeunes étaient attentifs, ils n'avaient pas toutes les ressources d'action et de

compréhension pour réussir les situations. Pour cela, nous avons dû adapter notre langage : les termes de l'activité ne peuvent pas être utilisés avec eux (les élèves ne savent pas à quoi correspondent les montées de genoux...), mais nous avons également dû adapter les situations (les élèves de CP ne devaient pas toujours réaliser la même chose que les autres). La démonstration était au centre de nos présentations, les jeunes ayant besoin de concret pour comprendre (les consignes étant trop abstraites pour eux).

Cependant, les CE2/CM1 n'ont pas été perturbés par ces changements (notamment car nous avons gardé nos routines d'entraînements).

Nous sommes contentes d'avoir réussi ce défi, car tous les élèves ont pu être impliqués dans chaque situation (aucun n'a été laissé de côté). Cette séance est positive pour nous comme pour eux.

[Retour à la table des matières](#)

[H/ Séance 9 : 23 novembre 2021](#)

DATE : 30 nov. 2021

ACTIVITE : Athlétisme

SEANCE : n°9

THEME : Travail de la notion d'équipe au relais

NOMBRES D'ELEVES : 22

Prise en main du groupe :

Les élèves arrivent dans la cour, posent leurs bouteilles et s'assoient sur les murets d'un côté de la cour comme ils en ont l'habitude.

Nous nous plaçons devant eux et demandons le silence pour que l'on puisse avoir leurs attentions.

Nous leur demandons si tout va bien et on leur pose des questions sur la dernière séance effectuée pour voir s'ils se souviennent des exercices proposés (résumer des différents ateliers). Rappel des règles d'or. Ensuite nous leur expliquons le déroulement de la séance (échauffement, ateliers...) avec les différentes situations prévues tout en rappelant brièvement les consignes ainsi que les règles de sécurité.

Comme lors de la dernière séance, nous leur réexpliquons que nous animerons les ateliers chacun à notre tour et qu'ils travailleront tous ensemble. Ils devront donc s'adresser seulement à la personne qui explique et corrige l'exercice.

Echauffement :

1/ Jeu de l'épervier. ALEXANDRA

Les élèves sont tous alignés dans un côté de la cour (dans une zone délimitée) et 1 épervier est situé au milieu de la cour.

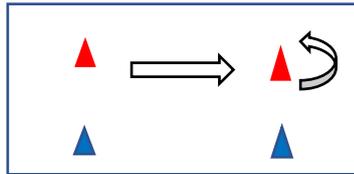
2/ Les gammes : ALISON

Création de deux équipes (rouges et bleus qui seront conservés durant toute la séance) qui se placent en colonne derrière le plot de départ.

Au top départ les élèves vont tous traverser la cour en courant en évitant de se faire toucher par l'épervier. Deux zones sont délimitées dans les deux extrémités de la cour pour ne pas que les enfants ne « foncent » dans le mur. S'ils sortent avant le signal sonore de cette zone ils deviennent épervier. Un signal sonore annonce le départ à chaque traversé de cour pour éviter que les enfants ne se rentrent dedans. L'épervier doit toucher le plus de personne possible. Lorsqu'une personne est touchée il devient épervier avec tous les autres.

BUT : être le plus rapide possible que ce soit pour les éperviers et les élèves qui doivent traverser la cour.

Consignes : Aller d'un plot à l'autre en effectuant les exercices demandés, puis revenir au plot de départ en trottinant en passant par le côté indiqué.



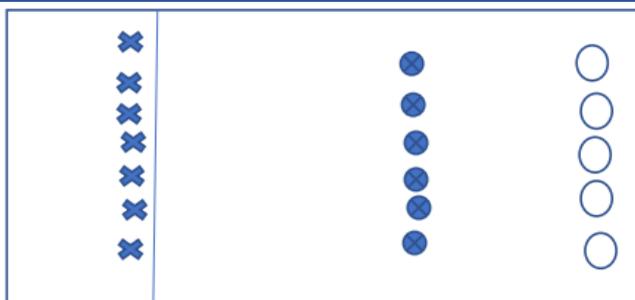
Comme habituellement, les élèves passent deux fois sur chaque gamme. Les consignes varient d'un passage à l'autre.

Exercices demandés : (nous donnons les consignes chacune à notre tour)

- Des montés de genoux (monter les genoux vite mais se déplacer lentement/faire la même chose mais en déplacement arrière)
- Des talons fesses (Toucher les talons sur les fesses le plus vite possible mais se déplacer lentement/faire la même chose mais en déplacement arrière).
- Marche sur pointes (monter le plus haut possible sur les pointes de pieds pour aller toucher le ciel avec ses mains)
- Pas chassés en avant (utiliser les bras pour aller haut)
- Sauts en progressions (conserver les deux pieds serrés / utiliser les bras pour se propulser vers l'avant)
- Rebonds gainés (sauter en conservant les pieds serrés / réaliser des tout petits sauts).
- Sprint (départ en position de départ/faire un tour sur soi avant de courir le plus droit possible).

En plus des consignes orales, nous montrons (=démonstration) chaque exercice pour que tout le monde puisse le visualiser.

Situation 1 : Jeu du béret revisité (nous le refaisons car nous n'avons eu que peu de temps pour le réaliser la semaine dernière). **ALEXANDRA**



Les élèves sont en duo. Un élève se trouve sur la première ligne avec un torchon à la main et l'autre élèves sur une autre lignes situé un peu plus loin. Ils sont l'un en face de l'autre mais ne se regardent pas (les élèves sur la deuxième ligne sont de dos aux autres).

Un cerceau est positionné un peu plus loin derrière la deuxième ligne d'élèves.

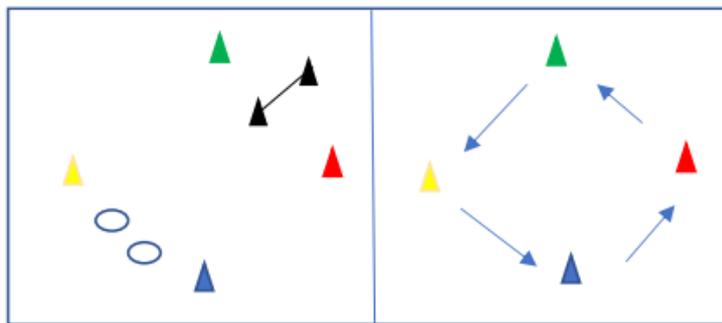
Une couleur est attribuée à chaque duo (soit rouge, soit bleu, soit vert, soit jaune => plusieurs duos peuvent avoir la même couleur).

Dès qu'une couleur est annoncée (ex : rouge) les élèves sur la première ligne dont la couleur rouge leur a été attribuée (avec le torchon à la main) court donné le torchon à son camarade. Le camarade l'attendant en position correcte (voir ci-dessus) va recevoir le témoin puis va courir déposer le torchon dans le cerceau situé en face de lui

BUT : être le plus rapide possible, ne pas faire tomber le torchon, réagir vite quand sa couleur est annoncée.

⇒ Les élèves doivent prendre les deux rôles => on échangera la place des élèves après quelques passages.

Situation 2 : Relai avec obstacles ALISON



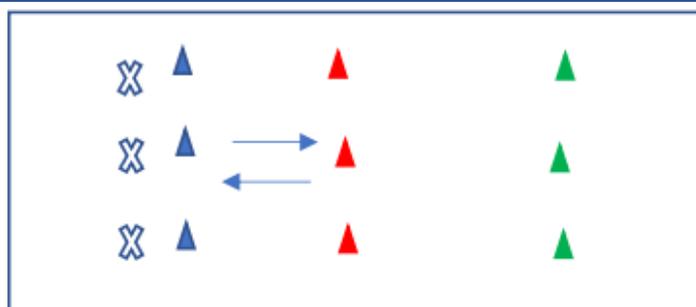
Séparé en deux équipes, chaque équipe vont effectuer un relais sur un parcours avec différents obstacles à chaque fois. Ils vont devoir aller d'un plot à l'autre pour aller donner le témoin à son camarade.

La cour sera alors divisée en deux parties, créant deux relais simultanément.

L'objectif étant d'apporter le relais et de donner celui-ci à son camarade en arrivant derrière lui. Il devra donc être prêt à partir. Les élèves sont 3 à chaque plot. L'équipe à droite de la cour doit courir plus vite que l'équipe gauche. Tout le monde doit passer une fois.

BUT : partir une fois le témoin en main, ne pas faire tomber le témoin Aller du plot bleu au plot vert, au plot jaune, au plot rouge puis revenir au plot bleu

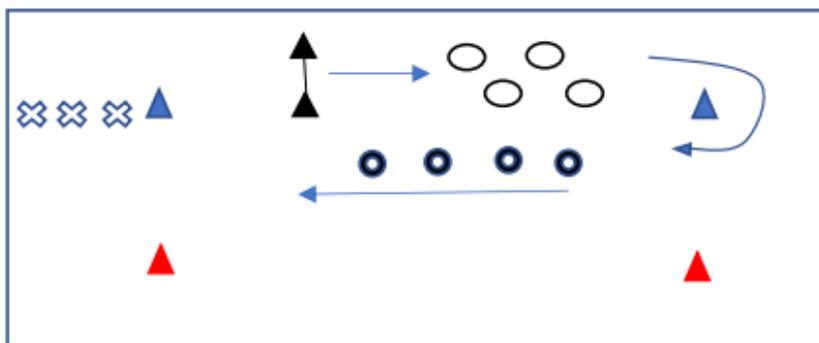
Situation 3 : Jeu de vitesse en équipe ALEXANDRA



Les élèves sont séparés en deux équipes, ils doivent courir en allant toucher un plot, ensuite revenir au point de départ puis retourner toucher un plot plus loin, revenir au point de départ et ainsi de suite. Une fois tous les plots touchés il faut revenir au plot de départ pour donner le torchon à son camarade qui pourra démarrer l'exercice.

BUT : Ne pas s'arrêter, être le plus rapide et donner le torchon au prochain sans la faire tomber ni en le jetant.

Situation 3 : Relai chronométré ALISON



Les élèves sont divisés en deux équipes (l'équipe rouge et bleu) et placés en colonne. Les élèves en début de colonne ont une balle dans la main. Au top départ ils vont devoir courir pour sauter au-dessus de la haie, puis continuer en courant en mettant 1 pied dans chaque cerceau jusqu'à aller faire le tour du plot. Sur le retour, les élèves doivent courir en mettant un pied entre chaque plot pour aller donner le témoin au prochain qui devra faire le même exercice. Tous les élèves doivent passer une fois. Les élèves sont chronométrés pour les inciter à aller le plus vite possible. BUT :

BUT : Être le plus rapide en effectuant toutes les tâches demandées.

L'exercice reprend les ateliers que nous avons travaillés en début de séquence. Le reproduire maintenant permet d'observer la progression des élèves qui ont développés leur coordination durant la séquence de travail.

Retour au calme : étirements + bilan de séance

Travail d'équilibre pour le retour au calme :

Les élèves se mettent en cercle dans la cour :

- ⇒ Etape 1 : Par deux, les élèves se mettent face à face sur 1 pied et ils doivent se faire des passes avec une petite balle. Un petit lancé suffira, le but étant de travailler la coordination. Ne pas faire tomber la balle et ne pas poser le pied par terre
- ⇒ Etape 2 : La même chose mais en changeant de pied d'appuis

On essaye de reproduire chaque étapes deux ou trois fois pour que les élèves aient plusieurs tentatives.

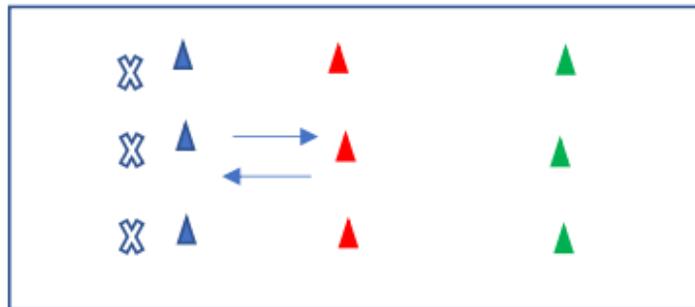
Etirements rapidement dans le silence :

- Fente sur le côté (plier la jambe droite et tendre la jambe gauche et inversement)
- Un pied sur le muret et l'autre pied par terre, venir toucher le pied sur le muret
- D'une main se tenir au barreau et avec l'autre main venir attraper sa cheville pour toucher la fesse (étirer le quadriceps)

+ BILAN AVEC LES ELEVES SUR LA SEANCE (puis on les fait récupérer leurs affaires et on leurs demandent de se ranger deux par deux en silence devant les escaliers pour retourner en classe)

ZOOM : Situation 3 : Jeu de vitesse en équipe.

[Cliquez ici pour retrouver la situation présentée](#)



OBJECTIF	Être capable de mobiliser l'ensemble de ses ressources, pour garder une vitesse constante et maximale durant la réalisation de tout l'exercice afin de participer au mieux à la performance collective.
BUT POUR L'ÉLÈVE	<i>Que faire ? Départ en position de départ (=être en tension comme un ressort), derrière le plot bleu. L'élève va courir pour aller toucher à une main le plot rouge, puis revenir toucher le plot bleu avant de repartir toucher le plot vert et ainsi de suite. L'élève doit donc revenir au plot de départ avant de repartir vers un autre plot. Lorsqu'il a touché tous les plots, il va taper la main de son camarade pour que celui-ci commence l'exercice.</i>
CONSIGNE / DISPOSITIF	<p>Cette situation est réalisée avec l'ensemble de la classe. Les élèves sont positionnées en colonnes (par 5 ou 6) derrière des plots de couleurs. La course s'effectue dans la longueur de la cour.</p> <p>Concernant les <u>consignes</u>, les élèves doivent :</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Partie en position de départ (=être en tension comme un ressort, jambes mi-fléchies et écartés, bras en opposition)➤ Tous les élèves doivent partir le plus rapidement possible lorsque leur signal de départ (ici une couleur) est annoncé. => réagir vite.➤ La vitesse durant la course doit être maximale (car on essaye de construire un relais rapide) et les élèves doivent toucher tous les plots avec la main au risque d'avoir une pénalité pour l'équipe. <p>Pour le <u>dispositif</u>, les plots sont séparés de quelques mètres les uns des autres. Plus ils seront écartés, plus la situation demandera de l'endurance pour l'élève qui devra enchaîner rapidement plusieurs aller-retours. Les élèves débutent les passages lors du signal sonore de départ.</p> <p>En ce qui concerne la <u>sécurité</u>, les deux équipes ne doivent pas être trop rapprochées, au risque d'une collision si les élèves ne courent pas droit.</p> <p>L'exercice est réalisé pendant 10 minutes.</p>
CRITERES DE REUSSITES	<i>Quand aurais-je réussi ?</i> L'exercice est considéré comme réussi si l'élève court le plus rapidement possible pour aller toucher tous les plots. Le but étant qu'ils s'investissent au maximum dans la performance collective.
CRITERES DE REALISATION	<i>Comment faire ?</i> <ul style="list-style-type: none">• Être concentré sur la tâche pour réussir à toucher tous les plots,• Réussir à réguler sa vitesse, c'est-à-dire ralentir dans lors des changements de directions pour éviter la chute.• Utiliser ses membres libres pour s'équilibrer,

	<ul style="list-style-type: none"> • Ne pas se laisser déconcentrer si un plot tombe lorsque l'élève le touche.
VARIABLES DIDACTIQUES	Il est possible d'augmenter la distance entre chaque plot ou le nombre de passage afin que les élèves développent leurs coordinations mais aussi leurs endurance. On peut également rajouter un témoin à transmettre, ce qui rendrait la tâche davantage compliquée à gérer pour les élèves car ils arrivent avec beaucoup de vitesse.
CONDUITES ATTENDUES	<i>Rappel :</i> Cette situation permet aux élèves d'apprendre à contrôler et mouvoir leurs corps dans l'espace avec une vitesse quasi maximale.
CONDUITES OBSERVEES	<i>Qu'ont fait les élèves ?</i> Pour la grande partie des élèves, le contrôle du corps n'est plus un problème. Cependant pour d'autres les changements de direction ne sont pas tout à fait efficaces. En effet, certains mettent beaucoup de temps avant de réussir à ralentir puis à changer de direction, ce qui entraîne une perte de temps considérable. D'autre ont trouver une astuce pour contourner ce problème en effectuant un grand cercle (ils contournent les plots en faisant le tour mais comme ils ont beaucoup de vitesse, la course est plus grande, ils parcourent plus de distance), ce qui ne leur permet pas vraiment de gagner du temps. La vitesse est donc acquise mais ce n'est pas le cas pour les changements de directions. Tous les élèves ont compris rapidement les consignes et aucun n'a loupé de plot. Cela montre une preuve d'amélioration de la concentration et la volonté réaliser l'exercice correctement et dans la totalité.
ANALYSE	La difficulté à gérer les changements de direction peut s'expliquer par un manque de force des élèves dans leurs membres inférieurs qui ne sont pas capable de stopper le mouvement. Cela pourrait également être la conséquence d'un retard dans la prise d'information. Les élèves étant concentrés sur la vitesse, ils s'aperçoivent trop tard qu'ils doivent freiner, l'action de « ralentir le corps » est déclenché trop tard ce qui peut déséquilibrer l'élève. De plus, les élèves ont développé cette volonté de bien faire, et de ne pas s'arrêter au milieu de l'exercice grâce à notre investissement (feedback, encouragement à aller jusqu'au bout...). En effet, lors des premières séances, les élèves réalisés l'exercice parce qu'on le demandait. Maintenant les élèves nous demandent à quoi servent les exercices.
PERSPECTIVES	Il pourrait être intéressant d'introduire la notion de perception de la durée des efforts, c'est-à-dire utiliser le chronométrage pour que les élèves apprennent à gérer leurs efforts et prédire s'ils ont amélioré leurs performances.

Bilan :

Dû à la température extérieure, notre Mr. SANCHEZ nous a demandé de diminuer la durée de notre intervention. Nous avons donc dû faire des choix sur nos situations. C'est pourquoi, nous décider de retirer les gammes car c'est la situation la plus acquise pour les élèves. Une fois de plus, nous avons réussi à nous adapter à cet imprévu.

Durant cette séance, nous avons introduit la notion de temps : le chronométrage. Les élèves ont découvert cette notion. Notre idée à travers le chronométrage avait pour but de communiquer une information aux élèves concernant la vitesse de l'équipe. Les élèves n'avaient pas pour but de faire un meilleur temps que

l'équipe adverse mais d'améliorer leurs temps à chaque passage, car nous pensons qu'associer l'idée de chronomètre à la compétition des élèves entre eux ne correspond à notre objectif de séquence.

La situation 3 a beaucoup plu aux élèves qui étaient tous investis. Cela nous a également permis d'apprécier l'amélioration et la prise en confiance des élèves sur les exercices de coordination intégrés au relais. En effet, même avec une vitesse maximale, les exercices d'appuis dans les cerceaux ou le saut de haie sont correctement réalisés pour la plupart d'entre eux.

L'équilibre durant le retour au calme est également en progression : tous commencent à se rééquilibrer sur un pied avec ou sans informations visuelles.

Même si cette séance fut courte, elle fut pertinente car elle nous a permis de voir l'évolution des élèves.

[Retour à la table des matières](#)

[1/ Séance 10 : 7 décembre 2021](#)

DATE : 7 déc. 2021

ACTIVITE : Athlétisme

SEANCE : n°10

THEME : travail sur la perception de la durée de l'effort physique introduit par la notion de chronométrage.

NOMBRES D'ELEVES : 22

Prise en main du groupe :

Les élèves arrivent dans la cour, posent leurs bouteilles et s'assoient sur les murets d'un côté de la cour comme ils en ont l'habitude.

Nous nous plaçons devant eux et demandons le silence pour que l'on puisse avoir leurs attentions.

Nous leur demandons si tout va bien et on leur pose des questions sur la dernière séance effectuée pour voir s'ils se souviennent des exercices proposés (résumer des différents ateliers). Rappel des règles d'or. Ensuite nous leur expliquons le déroulement de la séance (échauffement, ateliers...) avec les différentes situations prévues tout en rappelant brièvement les consignes ainsi que les règles de sécurité.

Nous expliquons que cette séance est particulière puisque seulement Alexandra s'occupera de la séance complète, mais que rien ne change concernant les règles habituelles, ni les routines.

Séance encadrée exclusivement par Alexandra

Echauffement :

1/ Jeu de l'épervier.

Les élèves sont tous alignés dans un côté de la cour (dans une zone délimitée) et 1 épervier est situé au milieu de la cour.

Au top départ les élèves vont tous traverser la cour en courant en évitant de

2/ Les gammes :

Création de deux équipes (rouges et bleus qui seront conservés durant toute la séance) qui se placent en colonne derrière le plot de départ.

se faire toucher par l'épervier. Deux zones sont délimitées dans les deux extrémités de la cour pour ne pas que les enfants ne « foncent » dans le mur. S'ils sortent avant le signal sonore de cette zone ils deviennent épervier. Un signal sonore annonce le départ à chaque traversé de cour pour éviter que les enfants ne se rentrent dedans. L'épervier doit toucher le plus de personne possible. Lorsqu'une personne est touchée il devient épervier avec tous les autres.

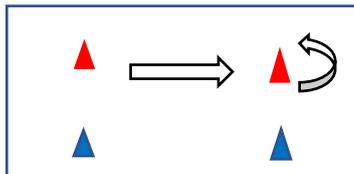
BUT : être le plus rapide possible que ce soit pour les éperviers et les élèves qui doivent traverser la cour.

VARIANTE :

La semaine dernière nous avons remarqué que les élèves épervier ont tendance à stationner devant les zones délimitées ce qui empêche les élèves de courir. J'ai choisi de rajouter une délimitation au milieu de la cour que les élèves épervier ne peuvent pas dépasser avant le début de la course.

Le signal sonore ne sera plus seulement « HOP », les élèves devront partir lorsque qu'ils entendent le numéro « 4 » par exemple (nécessite une concentration dans les deux camps).

Consignes : Aller d'un plot à l'autre en effectuant les exercices proposés, puis revenir au plot de départ en trotinant en passant par le côté indiqué.



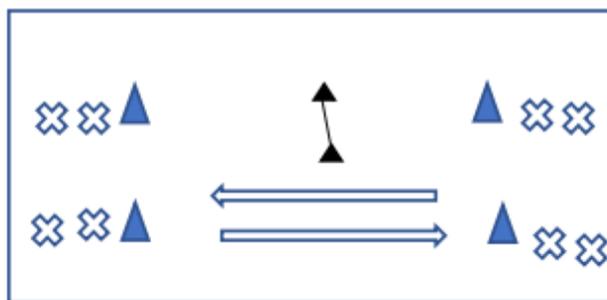
Nous avons décidé pour cette séance que les élèves vont construire leurs propres échauffements. Nous avons réalisé durant 10 séances différents types de gammes (avec des directions, des vitesses, des amplitudes différentes). A chaque séance nous avons essayé de préciser d'avantage nos consignes pour développer au mieux leurs coordinations.

Nous pensons donc que les élèves sont capables de nous proposer un échauffement. Evidemment, cela sera un travail d'équipe. Je leurs demanderai donc de me proposer progressivement des gammes qu'ils ont retenus et de me préciser les consignes qu'ils souhaitent mettre en place.

Cela va nous permettre de voir si les élèves ont retenu un minimum d'information concernant l'échauffement. Comme habituellement, je leurs demanderais de modifier la consigne lors du second passage pour préciser leurs mouvements.

BUT : construire collectivement et en étant guidé, un échauffement en précisant les consignes attendues.

Situation 1 : Relai face à face

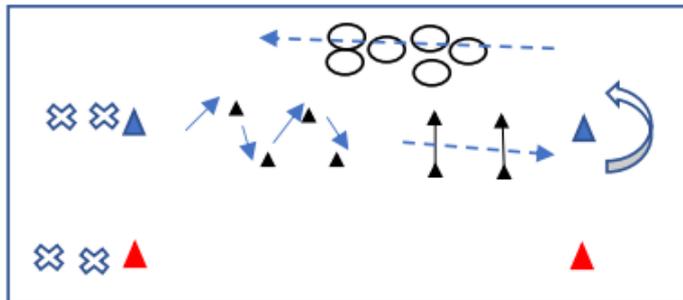


Les élèves sont par équipes de 6. Chaque équipe est séparé en deux groupes les uns en face des autres. Le premier élève situé du côté droit part en position de départ avec une petite balle dans la main (qui fait office de témoin) et cours le plus vite possible pour aller la donner à son coéquipier situé juste en face de lui en sautant la haie située sur le chemin. Celui-ci effectue la même action. Le relais prend fin quand tous les élèves sont passés une fois.

BUT : Une petite balle servira de témoin, les élèves devront donc être précis lors de l'échange et faire plus attention à la manière dont ils donnent la balle à leurs camarades (sinon ils la feront tomber).

VARIANTE : les élèves seront chronométrés. Le but n'étant pas d'aller plus vite que les autres équipes mais de faire mieux à chaque passage. Il faut qu'ils arrivent à prendre conscience de leurs performances, c'est-à-dire dire s'ils pensent qu'ils ont fait mieux ou pas.

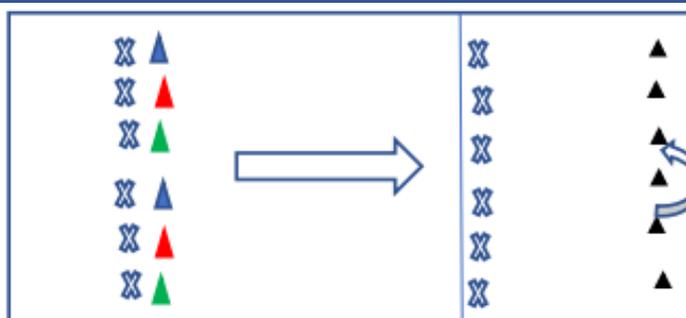
Situation 2 : Relai avec obstacles (travail des appuis et de la vitesse)



Les élèves sont divisés en deux équipes (l'équipe rouge et bleu) et placés en colonnes. Les élèves en début de colonne **ont une balle dans la main**. Au top départ ils vont devoir courir en slalomant entre les plots (qui sont espacés), puis sauter au-dessus des haies pour aller contourner le plot afin de revenir en direction du départ en sautant en mettant un pied dans chaque cerceaux (comme à la marelle) pour aller donner le témoin au prochain qui devra faire le même exercice. Tous les élèves doivent passer une fois. Cet exercice fait appel non seulement à la vitesse (=courir vite) mais aussi à la coordination. En effet, celui-ci nous permettra d'évaluer la progression des élèves sur des exercices que nous avons proposé durant toute la séquence (saut de haies, slalom...) Les élèves sont chronométrés. Comme précédemment, le but étant qu'ils arrivent à améliorer leurs temps à chaque passage. Contrairement à la semaine dernière, les exercices d'appuis ne sont pas les mêmes et le témoin est une balle. Les élèves devront se concentrer sur l'échange du témoin en plus de la vitesse.

BUT : Être le plus rapide en effectuant toutes les tâches demandées. Tous exercices mal réalisés ou consignes non respectés entrainera une pénalité de 5 secondes pour l'équipe.

Situation 3 : Jeu du béret revisité



Les élèves sont en duo mixte. Un élève se trouve sur la première ligne avec **une balle à la main** et l'autre élève sur une autre ligne situé un peu plus loin. Ils sont l'un en face de l'autre mais ne se regardent pas (les élèves sur la deuxième ligne sont de dos aux autres).

Une couleur est attribuée à chaque duo (soit rouge, soit bleu, soit vert, soit jaune => plusieurs duos peuvent avoir la même couleur). Dès qu'une couleur est annoncée (ex : rouge) les élèves sur la première ligne dont la couleur rouge leurs a été attribuée (avec la balle à la main) cour donner la balle à son camarade. Le camarade l'attendant en position correcte (le bras tendu en arrière, les jambes mi-fléchies) va recevoir le témoin puis va faire le tour du plot avant d'aller redonner la balle à son partenaire.

BUT : être le plus rapide possible et réagir vite quand sa couleur est annoncée. Être précis dans les échanges car le témoin est de petite taille.

⇒ Les élèves doivent prendre les deux rôles => on échangera la place des élèves après quelques passages.

Situation 4 : Jeu du déménageur



Les élèves sont par équipes de 7 en colonne les uns derrière les autres. Chacun est positionné derrière un plot.

Rappel échanges des témoins : le premier élève (qui voit le dos de tout le monde) tient un torchon à la main et doit courir pour aller le donner à son camarade situé devant lui. Celui-ci l'attend en position prêt à recevoir le témoin (jambes mi-fléchies, bras tendu en arrière, le buste est tourné dans la direction de marche...).

BUT : étant que le torchon passe le plus rapidement possible devant en passant correctement dans la main de toute l'équipe

VARAINTE = jeu du déménageur : Les élèves doivent transmettre plusieurs objets (de petites tailles) du cerceau de départ jusqu'au cerceau d'arrivée, en respectant les consignes de départ. Il faudra donc qu'ils reviennent à leurs plots en position correcte (après la réception de chaque témoin) et courir vite pour aller le donner à son camarade devant. Attention, le premier élève ne peut donner le second objet au second lorsque le premier objet a été posé dans le cerceau d'arrivée.

Retour au calme : étirements + bilan de séance

Travail d'équilibre pour le retour au calme :

Les élèves se mettent en cercle dans la cour :

- ⇒ Etape 1 : Par deux, les élèves se mettent face à face sur 1 pied et ils doivent se faire des passes avec une petite balle. Un petit lancé suffira, le but étant de travailler la coordination. Ne pas faire tomber la balle et ne pas poser le pied par terre
- ⇒ Etape 2 : La même chose mais en changeant de pied d'appuis
- ⇒ Etape 3 : création de deux lignes face à face, la balle doit passer dans toutes les mains.

On essaye de reproduire chaque étapes deux ou trois fois pour que les élèves aient plusieurs tentatives.

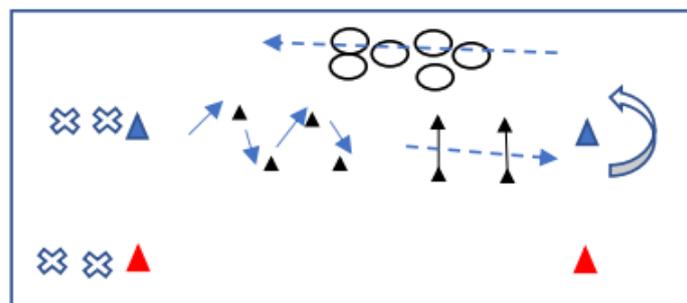
Etirements rapidement dans le silence :

- Un pied sur le muret et l'autre pied par terre, venir toucher le pied sur le muret
- D'une main se tenir au barreau et avec l'autre main venir attraper sa cheville pour toucher la fesse (étirer le quadriceps)
- Debout jambes serrées, se grandir jusqu'au ciel et se relâcher.

+ BILAN AVEC LES ELEVES SUR LA SEANCE (puis on les fait récupérer leurs affaires et on leurs demandent de se ranger deux par deux en silence devant les escaliers pour retourner en classe)

ZOOM : Situation 2 : Relai avec obstacles.

[Cliquez ici pour retrouver la situation présentée](#)



OBJECTIF	Être capable de mobiliser l'ensemble de ses ressources, pour coordonner les mouvements du corps et faire preuve de concentration afin de réaliser au mieux le parcours d'obstacle pour participer à la performance collective.
BUT POUR L'ÉLÈVE	<i>Que faire ? L'élève doit réaliser le parcours d'obstacles (slalom, saut de haie puis la marelle) en le plus rapidement possible mais dans des bonnes conditions pour ne pas être pénalisé si un exercice est mal réalisé. La transmission de la balle doit être efficace pour permettre à l'équipe de ne pas perdre de temps : cela nécessite de la précision car la balle est petite.</i>
CONSIGNE / DISPOSITIF	<p>Cette situation est réalisée avec l'ensemble de la classe. Les élèves sont séparés en deux équipes distinctes qui doivent réaliser le même parcours simultanément.</p> <p>Concernant les <u>consignes</u>, les élèves doivent :</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Partie en position de départ (=être en tension comme un ressort, jambes mi-fléchies et écartés, avec le bras tendu prêt à réceptionner le témoin)➤ Tous les élèves doivent partir le plus rapidement possible lorsqu'ils récupèrent le témoin.➤ Même avec une vitesse gestuelle importante tous les exercices doivent être réalisés correctement (ne délaissier la technique d'exécution)➤ La transmission du témoin doit être précise, pour qu'il ne chute pas.➤ L'élève qui donne le témoin doit légèrement afin de ne pas « foncer » dans sa camarade qui serait retardé. <p>Pour le <u>dispositif</u>, les obstacles sont globalement rapprochés les uns des autres dû au manque de place. Pour la marelle, les cerceaux sont proches pour faciliter la réalisation de la tâche. Les haies sont espacées de manière que les élèves puissent faire quelques pas entre les deux.</p>

	<p>En ce qui concerne la <u>sécurité</u>, ils sont demandés aux élèves de contrôler leurs courses et leurs vitesses afin de ne pas glisser (le sol étant mouillé).</p> <p>L'exercice est réalisé pendant 10 minutes.</p> <p>Le premier passage permet aux élèves de se familiariser avec l'atelier. Puis nous chronométrons chaque équipe. Le but étant que les élèves battent leurs records à chaque passage : qu'ils améliorent la performance collective.</p>
CRITERES DE REUSSITES	<p><i>Quand aurais-je réussi ?</i></p> <p>L'exercice est considéré comme réussi lorsque tous les élèves participent à l'amélioration de la performance en s'appliquant sur les ateliers et lors de la transmission du témoin.</p>
CRITERES DE REALISATION	<p><i>Comment faire ?</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Être concentré sur la tâche pour éviter les erreurs dû à l'inattention, ne pas confondre vitesse et précipitation, • Partir en position de départ (=prêt à bondir comme un ressort) en ayant le bras tendu devant pour faciliter l'échange. • Utiliser ses membres libres pour s'équilibrer, • Ne pas se laisser déconcentré par les élèves ayant déjà fini la tâche, • Être focalisé sur soi mais aussi sur le prochain relayeur pour anticiper la transmission de la balle.
VARIABLES DIDACTIQUES	<p>Il est possible d'introduire un relayeur dans le parcours afin de mélanger un relai qui se succède avec un relai qui s'enchaîne. Il y aura donc deux échanges du témoin au cours d'un passage.</p>

CONDUITES ATTENDUES	<p><i>Rappel :</i></p> <p>Être capable d'être à vitesse maximale pour réaliser correctement l'enchaînement des situations afin de participer à la progression de la performance collective. Cela passe également par une transmission efficace du témoin (sans chute et avec précision).</p>
CONDUITES OBSERVEES	<p><i>Qu'ont fait les élèves ?</i></p> <p>Les élèves ont tous apprécié cet atelier. Ils aiment l'idée d'être chronométré, car cela rend le but de la tâche plus concret : il faut battre le temps à chaque passage. Cependant certains se précipitaient trop, ce qui nous a obligé à mettre en place des contraintes pour l'équipe qui trichait. Un exercice mal exécuté augmentait le temps final des élèves de 5 secondes, tout comme la chute du témoin. Après la mise en place de cette contrainte, tous les élèves s'appliquaient pour la totalité du parcours. Il est à noter également que qu'une réelle progression est visible concernant les capacités motrices des élèves. Tous sont capable d'être rapide et de mouvoir leurs corps dans l'espace en fonction des obstacles.</p>
ANALYSE	<p>Cette progression des élèves est dû au travail que nous avons fait avec eux durant toute la séquence. Ils ont pris confiance en leurs capacité et ne doutent plus avant de réaliser quelques choses, ce qui leurs permet de prendre de la vitesse dans la réalisation de la tâche. La précipitation peut être expliqué par cette nouvelle notion de chronométrage, les élèves veulent à tout prix être rapides, délaissant la technique. Or nous cherchions ici à inclure la précision des gestes à la vitesse. La remédiation est efficace, car les élèves ne veulent pas pénaliser leurs équipes et s'appliquent donc d'avantage. La transmission du témoin est efficace du aux explications et aux répétitions effectuées durant les séances précédentes.</p>

PERSPECTIVES

La prochaine séance étant une séance de bilan sur les apprentissages, nous reprendrons tout le travail que nous avons effectué jusqu'à maintenant dans des situations variés de relai.

Bilan :

Cette première séance seule, est positive que ce soit pour les élèves et pour moi-même.

Durant cette séance, nous avons essayer de mettre en place des situations de plus en plus complexes regroupant un maximum de compétences travaillées durant toute la séquence. Que ce soit la position de départ, la vitesse gestuelle, les temps de réactions mais aussi la transmission de témoin... Notre objectif étant d'aller vers une situation de plus en plus complexe. Ces situations ont été toutes comprises et plus ou moins bien réussi en fonction des élèves.

Nous avons continué de développer la notion de chronométrage à chaque atelier. Les élèves ont compris que la tâche est réussite si l'équipe à battue son propre record à chaque passage. Ils ont intégré l'idée que ce n'était pas une compétition entre eux, mais plus une amélioration de leurs performances. Les élèves ont appris à estimer leurs performances à travers nos situations : ils devaient nous dire s'ils pensaient avoir battu leurs records. De plus, nous avons observé une amélioration sur la transmission du témoin, les élèves ayant compris que la chute de celui-ci serait une perte de temps pour eux.

Les élèves n'ont pas du tout été perturber sur le fait que ce soit qu'une seule personne qui s'occupe de toute la séance. Ils ont été très coopératifs, en nous aidant à installer et ranger le matériel.

De notre côté, le fait d'avoir progressivement pris en charge le groupe seule, nous a éviter d'avoir des appréhensions. Cela ne nous a poser aucun problème, que ce soit pour prendre la position d'observateur et d'enseignant.

Cette séance à été une réussite, nous ressentons que nous arrivons à l'atteinte de notre objectif de séquence pour une grande partie des élèves.

Compte rendu de l'évaluation formative :

Compétences professionnelles	-	0	+
P1. Maîtriser les savoirs disciplinaires et leur didactique (les APSA)			
Le stagiaire maîtrise sa préparation de séance			X
Les tâches permettent aux élèves d'apprendre : elles ne sont ni trop faciles, ni trop difficiles			X
Les tâches sont « logiques » entre elles (ajustée au thème de la séance)			X
Les tâches s'inscrivent dans la progression de la séquence			X
P2. Maîtriser la langue française dans le cadre de son enseignement			
Le stagiaire utilise un langage clair et adapté aux capacités de compréhension des élèves			X
Il s'exprime en utilisant un Français grammaticalement correct			X
P3. Construire, mettre en œuvre et animer des situations d'enseignement et d'apprentissage prenant en compte la diversité des élèves			
La tâche fonctionne (explications efficaces sans pertes de temps inutiles)			X
			X

Le stagiaire se place correctement devant tous les élèves			X
Il manifeste de l'envie, du plaisir, un certain dynamisme (comportement enthousiaste)			X
Il adapte ses formes de communication (supports visuels et auditifs)			X
La séance est rythmée (pas monotone) et les élèves manifestent de l'attention, de l'écoute			X
Les élèves respectent les consignes de l'intervenant : ils connaissent et appliquent les règles de sécurité			X
Le bruit acceptable, pas d'indiscipline manifeste, ou de comportements déviants		X	
Le stagiaire sait comment intervenir si des comportements inadaptés se développent			X
L'organisation des tâches motrices permet un temps d'engagement moteur important des élèves			X
Les tâches sont adaptées à la diversité des élèves (modalités de différenciation)			X
Les tâches proposées suscitent l'envie de s'engager et d'apprendre (plaisir du jeu)			X
Les tâches sont balisées pour guider les élèves (critères de réussite clairs, annoncés, et repérables)			X
Le stagiaire gère opportunément le temps de la séance pour « faire apprendre » mais en évitant l'ennui			X
Le matériel et les installations sont utilisés en maximisant la sécurité des enfants			X
P 4. Organiser et assurer un mode de fonctionnement du groupe favorisant l'apprentissage et la socialisation des élèves			
Le stagiaire installe avec les enfants une relation positive et un climat propice à l'apprentissage			X
Tous les enfants sont impliqués et participent (pas seulement les plus performants)			X
La séance est propice aux interactions sociales entre les enfants			X
P5. Étayer l'activité d'apprentissage – Évaluer les progrès et les acquisitions des élèves			
Le stagiaire se place de façon à observer tous les élèves (« balayages du regard » réguliers)		X	
Il repère les difficultés des élèves et il utilise différents moyens pour les aides à progresser			X
Tout en laissant aux enfants la part d'initiative et de tâtonnement propice aux apprentissages		X	
Un bilan de la séance est réalisé en impliquant les élèves			X
Une évaluation de fin de séquence permet de donner du sens à l'activité des élèves			X
Commentaires d'Alison sur la séance d'Alexandra :			
Pour cette première séance qu'Alexandra devait gérer seul, elle a su prendre en charge les élèves en proposant des situations adaptées à notre objectif de séquence.			
Elle a été très efficace dans les consignes énoncées aux élèves. En effet celles-ci étaient claires et simple à comprendre. De plus elle a instauré une relation de confiance avec les élèves car j'ai pu remarquer qu'ils osaient lui poser des questions diverses et variés.			

Elle a été efficace dans la mise en place des situations en impliquant les élèves ce qui a permis d'augmenter un maximum le temps d'engagement moteur. Elle a su poser sa voix en augmentant le volume sonore sans crier et en articulant pour prononcer les mots distinctivement malgré les éléments perturbateurs.

De plus elle a réussi à expliquer à quoi servent certaines situations pour faciliter l'apprentissage des élèves.

Alexandra a su inclure les élèves lors des démonstrations, sachant pertinemment que les élèves ont besoin de concret pour comprendre (les explications orales pouvant être abstraites pour certains).

Cette séance est positive pour une première prise en main qui lui sera bénéfique pour son futur auprès d'élèves. Elle a su se faire respecter par la totalité des élèves sans trop être stricte.

[Retour à la table des matières](#)

[J/ Séance 11 : 14 décembre 2021](#)

DATE : 14 déc. 2021

ACTIVITE : Athlétisme

SEANCE : n°11

THEME : Bilan des apprentissages par la réalisation de formes variées de relai

NOMBRES D'ELEVES : 22

Prise en main du groupe :

Les élèves arrivent dans la cour, posent leurs bouteilles et s'assoient sur les murets d'un côté de la cour comme ils en ont l'habitude.

Nous nous plaçons devant eux et demandons le silence pour que l'on puisse avoir leurs attentions.

Nous leur demandons si tout va bien et on leur pose des questions sur la dernière séance effectuée pour voir s'ils se souviennent des exercices proposés (résumer des différents ateliers). Rappel des règles d'or. Ensuite nous leur expliquons le déroulement de la séance (échauffement, ateliers...) avec les différentes situations prévues tout en rappelant brièvement les consignes ainsi que les règles de sécurité.

Nous expliquons que cette séance est particulière puisque seulement Alison s'occupera de la séance complète, mais que rien ne change concernant les règles habituelles, ni les routines.

Séance encadrée exclusivement par Alison.

Échauffement :

1/ Jeu du loup touche-touche.

Les élèves courent partout dans la cour. Un puis plusieurs loups seront désignés (au cours du jeu) : leurs buts étant de toucher avec une main les autres élèves. Ils doivent annoncer tout haut « toucher » lorsqu'ils touchent quelqu'un. Les élèves touchés doivent s'arrêter et deviennent loup à leurs tours.

Particularité : les loups ont un torchon dans la main. Lorsqu'ils touchent un élève, ils doivent lui transmettre le torchon à une seule main. Les loups sont donc les élèves porteurs de torchon. Les élèves doivent donc

BUT : être très attentifs car les loups vont changer souvent, et être rapide pour ne pas être touché (en essayant de feinter)

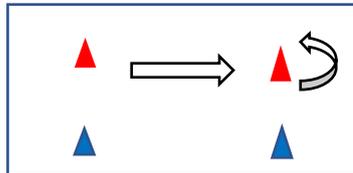
VARIANTE : nous avons remarqué lors de la dernière séance que quelques élèves s'arrêtaient pendant le jeu pour se cacher ou parce que le loup étaient loin d'eux. Cette fois dès que quelqu'un s'arrête plus de 3 secondes, ils auront un gage, ils vont devoir **faire 3 fois d'affiler accroupis + saut vertical (= saut de grenouille)** pour les forcer à ne pas s'arrêter.

Bien rappeler des règles de sécurité (regarder où l'on va pour ne pas rentrer dans un camarade, ne pas aller dans les escaliers...).

2/ Les gammes :

Création de deux équipes (rouges et bleus qui seront conservés durant toute la séance) qui se placent en colonne derrière le plot de départ.

Consignes : Aller d'un plot à l'autre en effectuant les exercices proposés, puis revenir au plot de départ en trottinant en passant par le côté indiqué.

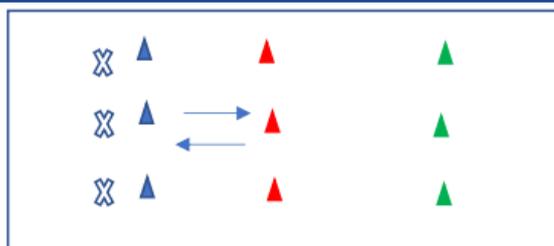


Je vais procéder différemment aujourd'hui, je vais dire aux élèves le type d'exercice qu'ils doivent faire et se sont eux qui vont devoir dire les consignes de l'exercice pour voir de ce qu'ils se souviennent. Ils feront deux passages à chaque fois type de gammes en variant les consignes à chaque fois.

- Monter de genoux
- Talon fesse
- Battement de jambe avant
- Pas chassé
- Foulée bondissante
- Sprint

BUT : construire collectivement et en étant guidé, un échauffement en précisant les consignes attendues.

Situation 1 : Jeu de vitesse.



Les élèves sont séparés en deux équipes, ils doivent courir en allant toucher un plot, ensuite revenir au point de départ puis retourner toucher un plot plus loin, revenir au point de départ et ainsi de suite. Une fois tous les plots touchés il faut revenir au plot de départ pour donner le torchon à son camarade qui pourra démarrer l'exercice.

BUT : ne pas s'arrêter, être le plus rapide et donner le torchon au prochain

VARIANTE : les élèves auront 3 minutes pour réaliser l'exercice, ils devront alors passer le plus de fois possible. L'équipe qui le nombre le plus important de passage sur l'atelier aura été la plus rapide. L'exercice est répété plusieurs fois de manière que chaque équipe puisse améliorer sa performance.

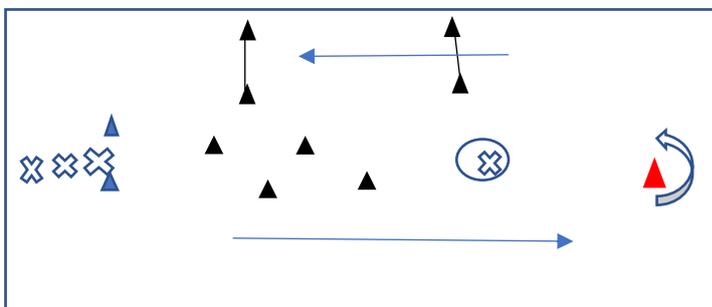
Situation 2 : Relai face à face

Les élèves sont par équipes de 6. Chaque équipe est séparé en deux groupes les uns en face des autres. Le premier élève situé du côté droit part en position de départ avec un torchon comme témoin et cours le plus vite possible pour aller donner à son coéquipier situé juste en face de lui en **slalomant** entre les plots situés sur le chemin. Celui-ci effectue la même action.

Les élèves auront 3 min pour effectuer l'exercice donc ils devront aller le plus vite possible pour passer le plus de fois possible.

BUT : être le plus rapide et slalomer entre les plots sans les toucher.

Situation 3 : Relai avec obstacle



Les élèves sont séparés en deux équipes et placés en colonnes derrière deux plots. Un élève de chaque équipe est situé un peu plus loin dans un cerceau. Les élèves en début de colonnes ont un torchon à la main comme témoins. Au top départ ils vont devoir courir en sautant à pied joint dans les cerceaux situés en « zig-zag », courir pour aller donner le torchon à l'élève situé dans le cerceau (celui qui a transmis le témoin reste dans le cerceau en attendant le prochain et celui qui à récupérer le témoin peut

partir). Une fois que l'élève a récupéré le témoin il va courir pour aller faire le tour du plot, sauter les haies et aller donner le torchon au prochain qui devra faire courir sauter à pied joint dans les cerceaux et donner le témoin à l'élève qui est dans le cerceau.

VARIANTE : Les élèves réalisent l'exercice pendant 3 minutes sans s'arrêter afin de réaliser le plus grand nombre de passages par équipe. Un élève correspond à un passage.

BUT : réaliser le plus de passages possible durant 3 minutes en effectuant tous les obstacles correctement pour ne pas avoir de pénalité.

Situation 4 : Jeu des coupelles



Les élèves sont séparés en deux équipes. Chacun possède une coupelle qu'il tient à la main. Au TOP départ, le premier élève de chaque équipe doit courir pour aller enfiler sa coupelle sur la barre horizontale. Une fois cela fait, il doit revenir en courant pour taper dans la main du prochain qui pourra à son tour s'élancer.

Cet atelier demande un contrôle du corps et une adresse particulière (pour réussir à enfiler le plot sur la barre sans la faire tomber) que nous avons jusqu'ici peut travailler. C'est également un jeu de réflexion car les élèves doivent mettre autant de plot à gauche qu'à droite pour que le plot ne tombe pas.

VARIANTE : les élèves doivent positionner le maximum de plot sur la barre en 2 minutes. L'équipe vainqueur est celle qui en a positionné le plus.

BUT : Contrôler sa vitesse et son geste pour réussir à enfiler le plot le plus rapidement possible afin de perdre le moins de temps possible.

Retour au calme : étirements + bilan de séance

Travail d'équilibre pour le retour au calme :

Les élèves se mettent en cercle dans la cour :

- ⇒ Etape 1 : Debout les pieds joints les yeux fermés, maintenir l'équilibre pendant 20 secondes.
- ⇒ Etape 2 : Debout, sur 1 pied les yeux fermés, maintenir l'équilibre pendant 15 secondes.
- ⇒ Etape 3 : Debout sur 1 pied, les élèves devront monter les bras puis les redescendre 3 fois (sans poser le pied au sol)

On essaye de reproduire chaque étape deux ou trois fois pour que les élèves aient plusieurs tentatives.

Etirements rapidement dans le silence :

- Fente latérale jambes droite
- Fente latérale jambes gauche
- Debout les pieds joints, aller toucher les orteils en gardant les jambes tendues

+ BILAN AVEC LES ELEVES SUR LA SEANCE dans la classe pour faire le bilan de la séquence et des apprentissages.

Bilan :

Cette dernière séance nous de conclure notre projet de séquence et de faire un bilan des apprentissages. Mr SANCHEZ, ne souhaitant pas faire d'évaluation avec ses élèves, nous avons décider de réaliser une séance en reprenant tous les apprentissages travaillés depuis le début à travers différents types de relais.

Ainsi, nous avons pu constater que la grande partie des élèves avaient progressés sur le plan moteur mais également sur le plan relationnel et psychologique. En effet, les élèves ont développé leurs motricités chacun à leurs niveaux au cours de l'apprentissage, passant d'une motricité non efficace à une motricité développer leurs permettant de s'adapter en toutes circonstances.

Nous pensons que nous avons réussi à accompagner les élèves dans cet apprentissage grâce à notre investissement dans la préparation ainsi que dans l'application de chaque séance, en nous adaptant aux difficultés rencontrées.

Durant cette dernière séance, les élèves ont pris conscience de leurs progrès. Cette avancée les a davantage motivés lors des tâches à réaliser. Les progrès de coordination sont flagrants notamment lors des gammes pendant l'échauffement mais aussi durant les tâches motrices.

Enfin les élèves ont compris l'importance de développer les compétences individuelles de chacun avant de réaliser une tâche collective pour que celle-ci soit davantage efficace et fonctionnelle.

En ce qui concerne les comportements élèves vis-à-vis de nous et des autres c'est nettement améliorer, même si certains élèves restent souvent dissipés d'une séance à l'autre. Durant de cette dernière séance, nous avons dû punir quelques élèves qui ne respecter toujours pas les règles d'or.

Nous tirons un bilan très positif sur les attitudes des élèves, leurs implications qui a favorisé leurs progressions. Nous sommes très contentes de l'évolution de chacun des élèves à leurs niveaux.

Compte rendu de l'évaluation formative :

Compétences professionnelles	-	0	+
P1. Maîtriser les savoirs disciplinaires et leur didactique (les APSA)			
Le stagiaire maîtrise sa préparation de séance			X
Les tâches permettent aux élèves d'apprendre : elles ne sont ni trop faciles, ni trop difficiles			X
Les tâches sont « logiques » entre elles (ajustée au thème de la séance)			X
Les tâches s'inscrivent dans la progression de la séquence			X

Commentaires d'Alexandra sur la séance d'Alison : J'ai trouvé la séance d'Alison très bien construite pour une dernière séance qui devait nous permettre de réaliser un bilan sur les apprentissages. Le temps d'engagement moteur des élèves était élevé pour l'espace disponible. Les élèves étaient enthousiastes et volontaires. La prise en main du groupe était efficace puisqu'Alison a non seulement réussi à faire rentrer les élèves dans l'activité tout en rappelant les règles d'or. J'ai trouvé les situations efficaces car elles permettaient aux élèves de mettre en pratique tous les apprentissages antérieurs. Les situations s'enchaînaient très rapidement, limitant les pertes de temps et les temps d'attentes inutiles grâce à l'implication des élèves dans la mise en place et l'explication des consignes.

J'ai trouvé Alison très à l'aise à l'oral, elle était capable d'expliquer rapidement mais clairement toutes les consignes mais aussi de répondre aux questions des élèves, de réaliser des bilans après chaque situation et de prodiguer des feedbacks. Elle a su s'adapter aux élèves, à l'espace mais aussi aux nouvelles règles sanitaire mise en place cette dernière semaine (obligeant le port du masque et l'impossibilité d'utiliser certains types de matériel).

Je trouve qu'Alison arrive à être respecté par tous les élèves tout en mettant en place une relation de confiance avec les élèves qui osent lui poser des questions, lui redemander des explications et même d'échanger avec elles. Cette séance est une réelle réussite selon moi.

[Retour à la table des matières](#)

4/ TABLEAU RESUMANT L'ENCHAINEMENT COHERENT DES LECONS AUTOUR DE L'OBJECTIF DE SEQUENCE.

OBJECTIFS DE SEQUENCES	
Thème séance 1	Evaluation diagnostique permettant de découvrir les élèves ainsi que leurs capacités motrices, informationnelles, psychologique... pour définir un objectif de séquence et d'adapter les séances aux possibilités d'actions et de compréhensions des élèves.
Thème séance 2	Travail de coordination et des appuis par des réalisations individuelles sur des petits ateliers puis par la création d'une forme de relai qui se succède.
Thème séance 3	Développement du temps de réaction à la suite d'une stimulation sonore ou/et visuelle , ainsi que du travail spatio-temporel afin que l'élève apprenne à s'équilibrer dans des inhabituelles.
Thème séance 4	Travail des allures afin que les élèves apprennent à distinguer courir et agir vite et/ou doucement (vitesse gestuelle/déplacement). Introduction de la position de départ pour devenir efficace.
Thème séance 5	Travail de la vitesse de réaction dès la position de départ pour apprendre à se propulser efficacement pour partir plus vite (repères sonores/visuels)
Thème séance 6	Introduction à la notion de relai par la transmission du témoin durant un relai qui se succède . Construction d'une performance collective .
Thème séance 7	Apprentissage de la prise en main du témoin ainsi que la position de réception (dos à son camarade) pour aborder la notion de transmission lors du relai qui s'enchaîne .
Thème séance 8	Travail de la précision des échanges du témoin combiné à la notion de vitesse de déplacement pour apprendre à ne pas faire tomber le témoin.
Thème séance 9	Développement de la notion d'équipe au relai afin que les élèves se regroupent autour d'un projet commun.
Thème séance 10	Travail de la perception de la durée de l'effort physique en introduisant la notion de chronométrage afin d'améliorer la performance de chaque équipe à tous les passages ainsi que la précision des échanges .
Thème séance 11	Bilan des apprentissages par la réalisation de formes variées de relai pour construire une performance collective et maximale à chaque passage.

5/ BILAN DES APPRENTISSAGES MOTEURS PREVUS PAR LE PROJET DE SEQUENCE.

Rappel de l'objectif de séquence					
PASSER DE...	A...	BILAN			COMMENTAIRES
		D= dépassé	A = atteint	PA = partiellement atteint	
		Pour tous les élèves	Pour la majorité des élèves	Pour quelques élèves	
Départ deux pied sur la même ligne, en avant du point de départ.	Départ pieds et bras décalés, jambes semi-fléchies, derrière la ligne de départ : se mettre en tension comme un ressort.	D			<i>Les élèves ont automatisé la position de départ, nous n'avons même plus besoins de leurs rappeler : ils le font par eux même.</i>
Course saccadée : les pieds « tapent au sol », les élèves s'écrasent à chaque foulées et les foulées sont irrégulières	Course fluide : dérouler son pied en faisant le moins de bruit possible et augmenter l'amplitude de ses foulées.		A	PA	<i>Cette conduite typique n'est pas corrigée chez tout le monde à chaque passage.</i>
Temps de réaction lent aux repères sonores (et/ou visuel), car l'élève n'est pas prêt d'où le départ lent.	Savoir se concentrer et se préparer pour réagir vite aux signaux sonores (et/ou visuel) et partir plus vite au départ.		D	A	<i>Les élèves restent concentrés au départ (ne parlent plus), ce qui leurs facilitent la prise d'information sur l'environnement.</i>
Trajectoires de courses non contrôlées. Les élèves n'arrivent pas à courir droit.	Savoir adapter sa trajectoire en fonction de l'exercice : apprendre à piloter son corps dans un environnement varié.		A	PA	<i>Les élèves arrivent à réaliser des courses avec obstacles en adaptant leurs trajectoires de course même avec une grande vitesse.</i>
Courir sans s'aider des membres libres (gestes involontaires).	Courir en s'aidant des membres libres pour s'équilibrer et pour se propulser (volonté d'utiliser ses bras).	A			<i>Les élèves ont compris que l'utilisation des bras les aidaient à prendre</i>

					<i>davantage de vitesse.</i>
Ne pas finir l'action motrice jusqu'au bout (ex : s'arrêter avant la ligne d'arrivée).	Faire l'exercice précisément dans sa totalité : s'appliquer jusqu'au bout.	PA			<i>Cela dépend de l'intérêt que chaque élève porte à l'exercice.</i>
Regard au sol.	Regard droit devant pour placer son corps au-dessus de ses appuis.	D			<i>Les élèves n'ont plus besoin de regarder leurs pieds lors de la course, ils ont pris confiance en leurs appuis.</i>
Ne pas être capable de différencier son allure de course.	Savoir identifier son allure : est-ce que je cours vite ou lentement.		PA	NA	<i>Certains courent encore doucement même lorsque nous leurs demandons une vitesse maximale alors qu'ils en ont les capacités.</i>
Jeter le témoin à son partenaire qui n'est pas prêt à le recevoir et sans le regarder.	Savoir donner précisément sans jeter un témoin à son camarade qui attend le relayeur	D			<i>Les élèves ont compris que jeter le témoin entraîne une chute de celui-ci et donc une perte de temps pour l'équipe.</i>
Réceptionner le témoin face à son camarade sans porter d'attention à son départ (l'élève n'est pas dans de bonne condition pour être efficace)	Réceptionner le témoin dos à son camarade, bras tendus, main en pince, prêt à prendre en main le témoin.		D	A	<i>Les élèves ont compris que se positionner dans le sens de la course pendant l'échange favorise la vitesse du départ du second relayeur.</i>
Ne pas être capable de trouver et maintenir son équilibre à l'arrêt sur un pied.	Être capable de s'équilibrer, se rééquilibré à l'arrêt sur un pied grâce aux membres libres notamment.		A	PA	<i>L'équilibre statique est encore une lacune pour certains dû à un manque de concentration.</i>
Non-respect des consignes : l'élève fait ce qu'il veut.	Respect des consignes : l'élève fait ce qui est demandé.	D			<i>Les élèves appliquent les règles d'or.</i>
Doubler son camarade et le gêner durant sa préparation.	Attendre son tour sans gêner les autres.	D			<i>Les élèves appliquent les règles d'or.</i>

Se laisser distraire pendant les explications et les exercices.	Arriver à écouter les consignes, à les réexpliquer et à se focaliser seulement sur soi pendant les exercices.		D	PA	<i>La plupart des élèves sont capable de nous donner les consignes durant les gammes à l'échauffement par exemple.</i>
Se moquer d'un camarade.	Encourager son camarade et lui prodiguer des conseils.	A			<i>Le travail en équipe a favorisé le développement de cette compétence, même s'ils ne le font pas à chaque fois.</i>
Travailler toujours avec les mêmes camarades.	Accepter de travailler avec tout le monde.	A			<i>Les élèves ont tous accepté nos formes de groupements variés d'une séance à l'autre.</i>
Parler sans en avoir autorisation.	Demander et attendre d'avoir la parole.	D			<i>Tous les élèves lèvent la main avant de poser une question.</i>
Faire l'exercice sans la permission.	Attendre l'autorisation avant d'effectuer un exercice.	D			<i>Les élèves attendent notre top de départ avant de pouvoir commencer l'exercice.</i>
Ne pas être capable de participer en étant concentré dans un travail d'équipe.	Réalisé et être impliqué dans un travail d'équipe pour atteindre un objectif commun.	A			<i>Certains élèves restent distraits lorsque ce n'est pas leur tour de passer, il ne prête pas d'attention à la performance collective.</i>

6/ ANALYSE CRITIQUE DU STAGE

Réaliser un stage en école était à la fois un vrai défi pour moi mais également une étape importante dans ma formation. En effet, voulant me diriger vers la filière éducation et motricité, ce stage devait me permettre de conforter mes choix mais également de progresser. J'ai beaucoup appris sur moi-même, sur les enfants et sur les relations qui existent dans le milieu scolaire.

Une meilleure connaissance des enfants de 7/8 ans.

Tout d'abord, ce stage m'a permis d'apprendre à mieux connaître les enfants. En effet, j'ai pu interagir avec des enfants de 7/8 ans pendant trois mois et cela m'a permis de mieux comprendre leurs modes de fonctionnements. J'ai pu m'apercevoir, que souvent j'ai sous-estimé leurs capacités. Voici ce que j'ai retenue des élèves.

Leurs facilités :

- Les élèves ne **craignent pas la nouveauté**. Nous étions des « nouvelles intervenantes » avec mon binôme, et les élèves ont tout de suite réussi à s'adapter à notre mode de fonctionnement mais également à nous voir comme des enseignantes. Ils n'ont fait aucune différence entre leurs enseignants Mr SANCHEZ et nous.
- Les élèves ont des **capacités de mémorisation et de communication développées**. En effet, d'une séance à l'autre, les élèves étaient capables de nous rappeler les règles d'or, mais aussi d'expliquer avec leurs propres mots les situations qu'ils ont vécu. Tous sont très à **l'aise à l'oral** et osent poser des questions.
- Les élèves sont toujours enthousiastes à l'idée de venir pratiquer du sport. En effet, à cet âge, ce n'est pas la **motivation** qui manque. Les élèves sont tous impliqués dans les situations et **veulent participer** au rangement mais aussi aux explications et aux démonstrations des tâches.
- Les enfants ont des **capacités de progressions rapides**. En effet, en peu de temps, les enfants ont appris énormément de choses, que ce soit sur le plan moteur, informationnel et même psycho-social.
- Enfin les enfants ont des **facilités de compréhension** lorsqu'ils comprennent ce que l'on raconte. C'est pourquoi, pour réussir la communication et les échanges avec eux, il faut s'adapter, se mettre à leurs niveaux.

Ce qui peut poser des difficultés dans l'apprentissage :

- A cet âge, les enfants ont un **esprit de compétition** permanent mais surtout sont **très mauvais joueurs**. Les enfants n'acceptent pas la « défaite » et souvent ils finissent par bouder ce qui stop complètement leurs activités physiques. Ils cherchent à tout prix à critiquer l'adversaire qui selon lui est tout le temps un tricheur, ou remettent la faute sur leurs partenaires. Il faut préciser que ce type d'état d'esprit peut être un aussi aspect bénéfique pour les élèves car ils donnent le meilleur d'eux même afin de toujours réussir.
- La **concentration** n'est pas un point fort chez tous les élèves. En effet, les élèves sont distraits par tout ce qui se trouve autour d'eux. Globalement, j'ai pu m'apercevoir qu'au-delà de 1 min, les élèves n'étaient plus concentrés si je ne les intégre pas dans les explications ou ne les stimuler pas.
- A cet âge, les élèves commencent à **avoir leurs propres caractères**. Certains sont effacés, d'autres distraits, certains ont le besoin de se montrer, d'autres veulent **défier l'autorité**.
- Certains **valeurs de savoir vivre ensemble ne sont pas acquises pour tous**, comme le respect des autres et de leurs performances, pouvant vexer certains élèves qui se sentent critiqués.
- Enfin, j'ai pu m'apercevoir que tous n'avaient pas une **motricité** très développée. **Certains avaient quelques facilités mais d'autres n'avaient aucune base dans l'activité.**

Ces observations et ces connaissances me seront utiles non seulement dans la poursuite de mon apprentissage, pour mes futures expériences mais aussi pour mon stage en club. En effet, cela m'a permis de mieux comprendre comment les enfants fonctionnaient, ce qui m'a permis d'adapter mon intervention en club (en utilisant des règles d'or par exemple). Comprendre comment fonctionne un jeune est indispensable pour savoir comment l'accompagner et l'aider à progresser.

Une connaissance de moi-même :

1/ Les difficultés que j'ai rencontrées.

J'ai rencontré quelques appréhensions et difficultés au cours de ses trois derniers mois aux côtés des élèves. Certaines que j'ai su dépasser et d'autres qui restent encore à travailler.

La planification :

La première séance ne m'a pas posé de problème en termes d'idée pour les situations. En effet, avec mon binôme Alison, nous avons décidé d'entrée dans l'activité par un travail d'appui. Pour cela nous avons mis en place des situations courtes et simples, ne connaissant pas le niveau des élèves. Cette première séance ne fut pas trop compliquée à construire car nous avions des idées grâce à nos différentes expériences de pratique. Mais les suivantes le sont devenues. En effet, trouver un axe de progression, une cohérence entre toutes les séances n'était pas une tâche évidente pour nous. Je n'avais jamais eu à faire ce genre d'exercice et je le trouve plutôt complexe. Nous avons dû imaginer des situations plus ou moins originales adaptées au niveau de compréhension et d'action des élèves. Il n'était pas simple également, de trouver un nombre de situations appropriés respectant le thème de la séance. Mais, sous les conseils de Mr LECA, nous avons compris qu'il faut une part de connu dans toutes nos séances, c'est-à-dire une situation fil rouge. Nous avons choisi d'utiliser différentes tâches qui sont revenues plusieurs fois durant la séquence mais qui se sont complexifiées un peu plus avec le temps. Une fois de plus, cette tâche n'était pas simple, car les situations utilisées devaient répondre à l'objectif de séquence.

Sous les conseils de Mr MOURAND, nous avons consulté le livre « Athlétisme, culture, sensibilité et performance » pour nous aider à construire nos séances.

De plus j'ai été étonnée du temps que cette préparation demandait. Je savais que cela demanderait du temps mais je ne pensais pas que cela en demanderait autant. De plus, qu'avec mon binôme nous avons choisi d'anticiper un maximum les séances en listant le matériel demandé, en préparant nos interventions, en imaginant les consignes, en réfléchissant sur les formes de groupements... ce qui demandait davantage de préparation. Cette anticipation nous a beaucoup servi. Notamment lorsque qu'il pleuvait, nous avons anticipé cette perturbation en adaptant notre intervention à l'avance, ce qui nous a permis de ne pas perdre de temps.

La gestion du temps :

L'une des difficultés que j'ai réussi à améliorer mais que je n'ai pas totalement corrigé est la gestion du temps. En effet, souvent avec mon binôme, nous avons réfléchi à un nombre cohérent de situation pour que les élèves aient un temps d'engagement moteur élevé. Cependant, rare sont les séances où nous avons réussi à réaliser la totalité de nos interventions prévues, même si à la fin nous y sommes toutes les deux parvenues. Je ne pense pas que cela soit dû à une perte de temps automatique entre chaque situation, mais plutôt dû notre volonté de faire passer les élèves un grand nombre de fois sur les situations afin qu'ils corrigent leurs erreurs. J'avais davantage tendance à me fier à la progression des élèves et à ne jamais regarder ma montre. Même si selon moi, ce n'est pas une mauvaise chose de laisser les élèves pratiquer pour qu'ils évoluent, je pense qu'il devrait avoir une limite que je n'ai pas tout le temps eu. Enfin, lors de la préparation des séances, j'étais celle qui voulait toujours prévoir plus de situation que nécessaire, ce qui n'était pas forcément utile, et Alison m'a aidé à progresser là-dessus.

Apprécier le niveau :

A la suite de notre première séance, Alison et moi-même sommes ressortis très contente de l'implication et du niveau des élèves que l'on a trouvé très débrouillard. Mais nous nous sommes légèrement emballées, car nous avons prévu une seconde séance sur le thème de la coordination beaucoup trop compliqué. Cependant, nous ne nous sommes pas découragés et avons davantage observé les élèves pour leurs proposer des situations que les élèves pouvaient réussir. Cette adaptation au niveau n'a pas toujours été simple, car nous devions réfléchir à la manière dont le ferait un élève de 7 ans, afin que les séances soient attrayantes tout en leurs permettant d'apprendre.

Conserver le silence et l'écoute après l'avoir demandé :

Durant les premières séances, les élèves étaient très attentifs. Mais cela s'est estompé au fil du temps. Même si notre classe était « facile », certains élèves ne ressentaient pas le besoin d'écouter les consignes et préféraient parler avec leurs copains. Il a donc été parfois très compliqué d'avoir le silence mais surtout de le conserver. Ce qui nous a permis de progresser sur ce point est la mise en place des règles d'or. Celles-ci nous ont permis de punir les élèves qui ne les respectaient pas. Cette notion de punition n'était pas facile, au début nous n'osions pas prendre la responsabilité de les punir. Mais les règles d'or nous ont aidé car les élèves savaient automatiquement pourquoi ils étaient punis et acceptaient alors mieux celle-ci. Elles ont été très efficaces, car les élèves se sont calmés lorsque qu'ils ont vu que nous mettions en application la punition. Il faut quand même remarquer que nous avons mis un certain temps avant d'appliquer réellement la punition.

2/ Ce que j'ai appris :

L'adaptation :

La compétence dont je suis la plus fière d'avoir apprise est l'adaptabilité. Mr SANCHEZ nous a fait remarquer à plusieurs reprises que nous avons réussi à nous adapter à un tas de situations.

- Nous avons tout d'abord su nous adapter à l'espace disponible. En effet, il a fallu être originale et ingénieuse pour proposer des activités attrayantes avec un temps d'engagement moteur élevé dans un petit espace. De plus, nous avons été contraintes de réaliser une séance sous le préau à cause de la météo. Celle-ci a été compliqué mais nous avons réussi à la contrôler. Nous sommes plutôt fières d'avoir réussi cela, car le défi était de taille.
- Nous avons également dû également nous adapter aux effectifs, variant d'une séance à l'autre mais aussi aux niveaux. Par exemple, nous avons su intégrer durant la séance 8, 4 élèves de CP qui n'avaient jamais vraiment pratiquer d'athlétisme alors que le reste de la classe avait déjà ses habitudes. Encore une fois, cela était vraiment un défi pour nous et nous avons su utiliser les élèves pour expliquer et montrer les exercices aux CP.
- Enfin, nous avons réussi à nous adapter aux conditions sanitaires, nous interdisant parfois d'utiliser certains types de matériel ou encore de retirer le masque.
- Nous avons aussi réussi à adapter notre niveau de langage pour faciliter la compréhension des élèves.

Gestion du stress et confiance en moi :

Etant de nature stressée et ayant peu confiance en moi, cette expérience m'a permis de travailler sur ces points. J'ai compris que si les élèves ressentaient ce manque de confiance, ils pourraient prendre le dessus sur moi. Le fait d'avoir réussi à me faire respecter par les élèves qui me voyais comme un enseignant m'a fortement aidé. De plus être en binôme m'a également rassurée car nous étions deux en cas de problème.

Je trouve que m'a progression sur ce point n'est pas négligeable car j'étais en confiance lors de la séance que j'ai dû animer seule et je ne doutais pas de mes compétences. J'ai appris à être calme malgré les situations et à rester patientes même lorsque les élèves ne m'écoutaient pas ou ne respectaient pas les consignes. Le fait d'essayer d'anticiper un maximum de chose, même si tout ne peut pas être prévu, m'a également aidé. Je dois avouer que la sécurité est un point que nous avons travaillé. Nous avons beaucoup insisté sur les consignes liées à la sécurité afin d'éviter les accidents de parcours. Pour nous les élèves devaient être en situation de confiance que ce soit pour leurs intégrités physiques mais également psychologiques.

Expression orale et efficacité :

Je pense avoir amélioré mon expression orale grâce à ce stage. J'ai su poser ma voix tout en gardant mon autorité. Je trouve que mes explications ont été davantage adaptées aux comportements des élèves au fur et à mesure des séances. En effet, plus j'avancais dans les séances, plus j'utilisais des intonations, de la gestuelle et des démonstrations lors de mes explications pour conserver l'attention des élèves. J'essaye également de faire participer un maximum les élèves durant les consignes en les faisant réexpliquer par exemple.

Je pense également avoir progressé au fil des séances sur l'efficacité des feedbacks. L'athlétisme n'étant pas mon activité de prédilection, je ne donnais pas beaucoup de conseils ou de corrections au début. Mais grâce aux observations, j'ai réussi à en donner davantage. J'ai essayé non seulement d'expliquer les corrections mais aussi de leur donner du sens (expliquer à quoi servait l'atelier ou la correction par exemple). Je pense que j'aurais pu utiliser des formes plus variées de feedback afin d'aider davantage les élèves.

Enfin, j'ai remarqué que les jeunes ont besoin d'encouragement pour s'engager complètement dans l'activité. J'ai donc essayé d'être dynamique et de les soutenir dans leurs activités au maximum.

Conclusion :

Pour conclure, je pense que ce stage m'a appris beaucoup. La plupart des élèves ont atteint notre objectif de séquence. Je pense que nous avons réussi notre mission qui est d'avoir mis en place des conditions d'enseignements favorables à l'apprentissage des élèves et pas seulement d'avoir animé la classe. Ce stage m'a aidé à focaliser davantage mon intervention sur les élèves plutôt que sur moi-même. Leurs compréhensions ont été ma priorité en cette fin de séquence.

J'ai beaucoup aimé travailler avec mon binôme. En effet, elle m'a aidé à prendre confiance en moi lors des interventions et à me motiver. Nous avons passé de bons moments ensemble durant ce stage et nous avons appris de nos erreurs ensemble. Nous nous complétons mutuellement et nous avons la même façon de travailler ce qui nous a beaucoup aidé. Nous avons ensemble toujours réussi à trouver des solutions. Malgré le fait que l'enseignement ne soit pas ce qu'elle souhaite faire plus tard, elle s'est totalement impliquée avec moi et je la remercie pour cela car cette tâche n'était pas facile pour elle également.

Je pense que les différences de niveaux se sont atténuées suite à notre intervention.

➤ Des améliorations possibles ?

Je pense, que nous aurions pu donner davantage de liberté et de responsabilité aux élèves pour encore améliorer nos interventions. De plus, nous aurions pu également utiliser plus souvent la pédagogie différenciée (qui demande une grande capacité d'adaptation et de la disponibilité) pour aider au mieux tous les élèves car il est vrai que la plupart du temps les élèves devaient tous réaliser la même chose.

Je garde un très bon souvenir de ce stage, ce fut très agréable de voir les élèves prendre du plaisir et progresser sur nos différentes situations proposées. Ce fut également très enrichissant pour nous d'enseigner une nouvelle activité aux élèves, car nous avons dû nous intéresser davantage à celle-ci. Les élèves m'ont permis non seulement d'apprendre sur eux mais aussi sur moi-même. Même si certaines séances ont été plus compliquées à gérer que d'autres, ce stage m'a conforté dans mon choix de parcours scolaire. Je garderai un très bon souvenir de cette expérience. Je me souviendrai toujours de cette première classe et je suis fière d'avoir été vue comme une enseignante vis-à-vis des élèves.

REMERCIEMENT : Nous voulions donc remercier tout particulièrement l'école et toutes les personnes nous ayant accueillis. Un grand merci à Mr SANCHEZ qui a su nous rassurer dès les premières séances et qui a toujours été là pour nous aider en cas de problème. Enfin merci aussi à Mr LECA dont les conseils nous ont été très utiles et nous ont permis de progresser dans notre façon d'enseigner.

