



Edito

Sport associatif et école

L'éducation physique et sportive scolaire (EPS) et le sport associatif, malgré ou à cause de leurs différences, présentent actuellement une dynamique de collaboration ascendante.

Le sport scolaire facultatif (SSF), avec sa vaste palette de pratiques sportives, connaît un vif succès: 14'381 heures de cours – 19'989 participants. Organisé par l'école avec l'aide de nombreux moniteurs de clubs, le SSF constitue une passerelle très fréquentée entre l'école et le sport associatif.

Le sport-études se développe. Au-delà des mesures individuelles et des classes spéciales de gymnases proposées depuis plusieurs années, de nouvelles structures relient l'école et les associations sportives: football à Payerne, ski à Aigle, hockey à Lausanne... D'autres projets sont à l'étude dans le canton ainsi qu'au niveau de la Confédération.

Les projets «Sport à l'école» fleurissent. Proposés par les associations sportives, souvent en quête de membres et de reconnaissance, plusieurs concepts à caractère pédagogique voient le jour: le handball fait école, le rugby à l'école, la course d'orientation à l'école (SCOOL), le tir à l'arc à l'école, la voile à l'école... Publications, module de formation continue pour les maîtres, cours de SSF, participation à des après-midi sportifs, à des camps, animation de manifestations sportives, mise à disposition de matériel, sont généralement les vecteurs de telles organisations.

Le Service EPS analyse la qualité de ces nouveaux projets, leur faisabilité et recherche, avec les partenaires de l'école, des solutions permettant d'assurer notamment une continuité entre les activités de l'éducation physique et sportive scolaire et celles du sport associatif. Créer des ouvertures, supprimer des barrières, renforcer les collaborations...

Il n'en reste pas moins que le flux et l'ampleur des actions proposées doivent être maîtrisés. Le danger existe de voir l'éducation physique perdre sa substance et galvauder ses objectifs éducatifs sur l'autel des pratiques sportives considérées exclusivement comme finalités. Entre surf et zapping...

EsPaceS pédagogiques informe régulièrement ses lecteurs de tels projets. Si, dans le cadre du concept EPS défini pour votre établissement, l'une ou l'autre des actions proposées vous agréé, n'hésitez pas à prendre les contacts nécessaires!

Jean Aellen

Sommaire

2 DOSSIER

Des jeux d'opposition aux sports de combat

5 ESPACE VÉCU

- EPS et violence
- Karen Sports Project

8 ESPACE PRATIQUE

Lutter

10 LA PAGE DE ...

L'ANIMATEUR PÉDAGOGIQUE

Des jeux de contact

13 ESPACE DIDACTIQUE

Evaluation de l'EPS

«Mes activités en éducation physique»

16 ESPACE PROJET

La voile à l'école

19 ESPACE PRÉVENTION

Réduire le danger de chute

20 L'OUVRAGE SUR LE MÉTIER

- Sautecroche en balade
- Didactique de l'éducation physique et sportive
- Mouvement et cerveau



Des jeux d'opposition aux sports de combat

Pierre Meylan

MEP à Ollon et formateur à
l'UERAPS/ISSEP*

Se mesurer aux autres, s'affronter et se défendre répondent à des besoins fondamentaux. Beaucoup d'enfants sont fascinés par les activités de duel et par les sports de combat. Mobiliser son corps, développer ses capacités de coordination, canaliser son énergie, son agressivité, vivre le fair-play, gérer l'échec et le succès, prendre confiance en soi, recouvrent nombre d'objectifs poursuivis par l'éducation physique et sportive scolaire. Sans parler de préventions, de luttes contre les incivilités, les transgressions, les violences.

Ce présent numéro d'EsPaceS pédagogiques porte un premier regard sur ces activités de confrontation en présentant notamment une pratique ancestrale: la lutte. D'autres sports de combat ou arts martiaux compléteront cette thématique au fil des prochaines publications.

La lutte: une place dans l'éducation physique et sportive scolaire?

Une activité ancestrale

On trouve des traces de la lutte dans pratiquement toutes les sociétés anciennes; chaque ethnie, chaque peuple a développé une ou plusieurs formes de lutte. Cette activité a gardé une importance particulière dans les sociétés archaïques dans deux domaines:

- l'initiation, les rites de passage à l'âge adulte
- la fête populaire; la lutte y conserve une place au même titre que la danse et le chant.

Les luttes traditionnelles populaires sont encore très présentes dans le monde; on dénombre une centaine de pratiques particulières. On peut donc affirmer que chaque pays a eu ou a toujours «sa» lutte.

Une caractéristique commune à la plupart des traditions populaires réside dans la simplicité des règles, lesquelles sont adaptées:

- à l'environnement: pratique sur herbe, dans le sable, dans la sciure
- aux conditions d'intervention: manipulation libre ou limitée
- à la tenue vestimentaire: torse nu (voire enduit d'huile), veste, culotte, chaussures et pantalon de cuir.

Une activité sportive

Faisant partie du pentathlon aux J.O. antiques, la lutte a traversé le temps et fut reprise dès la 1^{ère} édition des J.O. modernes. Le règlement n'a cessé d'évoluer depuis 1896 par la multiplication des catégories de poids et des styles.

En conclusion, la pérennité de cette activité, qui se confirme par les observations que l'on peut faire dans les cours de récréation et des activités spontanées des enfants, démontre le caractère atavique de la lutte.

Définition: La lutte - considérée sous l'angle de la discipline sportive - est un sport duel de combat et de préhension sur le corps de l'adversaire, dans un espace limité, dont l'objectif est de plaquer les deux épaules de l'adversaire au tapis pendant deux secondes (le tombé).

Une activité ludique, éducative et instructive

Sur le plan pédagogique, plusieurs aspects de la lutte sont à mettre en évidence.

Les élèves doivent, en priorité, s'approprier trois règles permanentes de comportement mutuel:

- ne pas chercher à faire mal à l'adversaire
- ne pas accepter d'avoir mal (signaler instantanément une douleur)
- ne pas lâcher le partenaire-adversaire lors d'un tombé.

Le caractère ludique de l'activité garantit en général un haut degré de motivation chez les jeunes.

Par opposition aux sports de combat avec coups (boxe, karaté, etc), la lutte s'articule autour de prises enveloppantes; il s'agit donc de saisir, de tenir, d'accompagner et de faire corps avec l'adversaire.

L'application d'une méthodologie progressive débutant par des activités au sol, puis à mi-hauteur (à genoux) permet l'apprentissage et la dédramatisation de la chute. Les exercices et combats debout sont amenés dans un deuxième temps.

Par ailleurs, la compréhension du rôle joué est particulièrement importante en lutte:

- partenaire (sparring partner): engagement limité, modéré
- adversaire (notion de combat): engagement total.

Sans le comportement relativement passif d'un partenaire, il ne peut y avoir entraînement ou apprentissage de mouvement.

* UERAPS: Unité d'enseignement et de recherche en activités physiques et sportives

ISSEP: Institut des sciences du sport et de l'éducation physique

Les activités de lutte contribuent au développement de la personne à travers plusieurs domaines:

- ❑ **Biologique** (adaptations morphologique et physiologique): la lutte sollicite l'ensemble des ressources bio-énergétiques et l'ensemble des muscles du corps. Elle peut contribuer de ce fait à un développement harmonieux de l'organisme.
- ❑ **Psychomoteur**: elle demande le traitement des informations de différentes natures (visuelles, auditives, tactiles et kinesthésiques) et la réalisation de mouvements variés, plus ou moins complexes, qui s'expriment dans tout l'espace. En outre, elle participe à la construction d'un nouvel équilibre dynamique par rapport au sol et à l'adversaire (équilibre de couple).
- ❑ **Affectif et psychologique**: elle donne la possibilité de se maîtriser par une meilleure connaissance de ses pouvoirs sur l'autre et un plus grand contrôle des émotions liées à l'affrontement.
- ❑ **Social**: la lutte est intéressante car elle favorise une communication riche, variée et vraie (connaissance de ses pouvoirs sur l'autre). Mettant l'enfant en situation de **gérer une opposition** (agir et réagir en fonction des réactions, donner de fausses informations, contrecarrer les intentions de l'autre) et d'affirmer son identité, la pratique de la lutte contribue à l'acquisition d'attitudes nécessaires à la vie sociale. Elle lui permet également de mieux gérer l'échec et la réussite.
- ❑ **Culturel**: la lutte intègre la connaissance de règles, d'une terminologie, de comportements spécifiques et la découverte d'un patrimoine culturel.
- ❑ **Cognitif**: elle conduit à l'appropriation des principes mécaniques fondamentaux relatifs à l'application des forces, aux points d'appuis et aux leviers. Elle permet en conséquence par l'observation de planifier et d'appliquer une **stratégie**.

L'observation des objectifs généraux de l'éducation physique et sportive définis dans notre canton montre que pratiquement tous les objectifs de «Savoir-être» sont poursuivis à tout âge par la pratique de la lutte.

Bibliographie:

- Des jeux d'opposition à la lutte au collège / A l'usage des enseignants d'Education Physique et Sportive (Fédération Française de lutte - 1993)
- Formation - Contenus de formation aux diplômes d'enseignement de la lutte (Fédération Française de lutte)
- Faire tomber à partir d'un ramassement de jambe (Revue E.P.S. No 266 - juillet-août 1997)
- Repères techniques et pédagogiques (Revue E.P.S. No 267 - septembre-octobre 1997)
- Plans d'études EPS du canton de Vaud
- Manuels fédéraux «Education physique à l'école»

Coordonnées pour commandes:

- Fédération Française de lutte
Rue des Meaux - 75019 Paris
Tél. 0033 1 48 03 86 40 - Fax 0033 1 42 03 19 39
e-mail: flutte@aol.com
- «Editions revue Education Physique et Sport»
Tél. 0033 1 41 74 82 82 - Fax 0033 1 43 98 37 38
Site internet: revue-eps.com
e-mail: librairie@revue-eps.com

Il y a par ailleurs une transversalité permanente entre les 3 savoirs, pour autant que l'enseignant définisse un projet pédagogique explicite.

Les déterminants de la performance en lutte sont nombreux et complexes. Les éléments ci-après ainsi que les informations sur la technique sont extraits du document didactique publié par la Fédération française de lutte (cf. bibliographie).

Les savoir-être

- Vaincre sa peur du contact
- Maîtriser ses réactions d'agressivité
- Rechercher le rapprochement pour engager ses attaques
- Etre offensif
- Imposer sa manière de lutter
- Utiliser à son profit les actions engagées par l'adversaire
- Etre capable de collaborer avec un partenaire d'entraînement
- Etre capable de doser sa défense pour faciliter l'apprentissage
- Etre capable de doser son effort au cours d'un assaut
- Accepter le contact corps à corps.

Les savoir-faire

- Prendre l'initiative des attaques directes
- S'assurer des contrôles efficaces
- Adopter un équilibre dynamique de couple
- Varier ses contrôles
- Intégrer les actions en rotation
- Adopter des parades et des esquives adaptées à chaque attaque
- Provoquer l'opportunité en déplaçant l'adversaire
- Enchaîner ses attaques sans interruption de l'action
- Utiliser ses jambes comme moyen d'action complémentaire
- Anticiper pour riposter aux attaques
- Appliquer des choix tactiques
- Anticiper pour contre-attaquer
- Utiliser ses jambes comme moyen de préhension.

Les savoirs

- Connaître la règle fondamentale: le tombé
- Connaître les interdits: les lutteurs ne doivent pas chercher à se faire mal
- Définir la notion de contrôle:
saisir (entrer en contact)
mettre l'adversaire en difficulté (être offensif)
adopter une attitude de protection
- Définir les «formes de corps» (enchaînement de mouvements):
décalage
passage dessous
hanché
arraché
souplesse
- Connaître la cotation des actions et être capable de juger
- Connaître les principales règles d'arbitrage et être capable d'arbitrer.



Sur le plan de la technique, la lutte implique plusieurs actions permettant d'amener son adversaire sur le dos. Succinctement décrits, les «outils» qu'utilise le lutteur se nomment les contrôles («saisir»), les formes de corps («agir») et les finales («tomber»).

Les contrôles

Le contrôle est une technique de saisie qui permet de mettre en difficulté l'adversaire tout en se protégeant. Il permet d'agir en fonction des réactions de l'adversaire. Debout, les principaux contrôles, aisément utilisables en lutte scolaire, sont:



Contrôle du bras intérieur



Contrôle d'une jambe



Contrôle des deux jambes



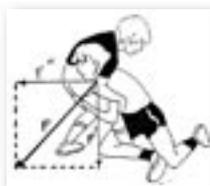
Contrôle bras et tête



Contrôle bras dessus/ bras dessous

Les «formes de corps»

Action fondamentale de la technique de lutte, la forme de corps permet de mettre l'adversaire en difficulté, de le déséquilibrer et de l'entraîner au sol, sur le dos. Lors de cette action, diverses forces (F) et réactions (R) sont en jeu:



Le décalage



Le hanché



Le passage dessous



L'arraché

Les finales

Au sol, diverses tenues permettent de «tomber» l'adversaire. Ce sont les finales qui, pour une efficacité optimale, demandent à l'élève de respecter les principes suivants:

- «peser» sur l'adversaire
 - avoir deux appuis dynamiques au sol
 - avoir un appui sur l'adversaire
 - éloigner ces trois appuis le plus possible
- supprimer les points d'appuis extrêmes de l'adversaire (tête ou pieds) pour l'empêcher de revenir à plat ventre.



Finale costale



Finale latérale



Finale par-dessus



Finale dans le prolongement

Prévention des accidents

En ce qui concerne la prévention des accidents, il convient d'insister sur les éléments suivants:

- sans formation spécifique à l'activité, l'enseignant se limitera aux jeux d'opposition et aux formes simples de lutte
- une attention particulière sera portée à l'échauffement (mobilisation articulaire, spécialement de la colonne cervicale)

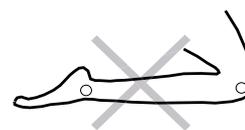
- l'entraînement des culbutes, notamment en avant, sera intégré à chaque leçon
- les mêlées seront proscrites, les activités se déroulant toujours à 1 contre 1
- les montres et autres bijoux seront enlevés
- l'usage de pantoufles «de rythmique» sera privilégié
- la pose des pieds sera exercée, en particulier en position «agenouillée».



Correct



Correct



Pas correct

Conclusion

Pour terminer cette présentation, voici quelques constatations générales faites au cours d'une expérience conduite pendant plusieurs semaines consécutives avec des classes de tous les degrés de la scolarité obligatoire:

- degré d'intérêt élevé, général, et durable
- apprentissage progressif du respect mutuel
- intensité de l'activité et dépense énergétique au-dessus de la moyenne des autres pratiques, ce qui n'est pas sans conséquences pour le cours qui succède à la leçon d'éducation physique
- association libre de paires de lutteurs (par affinité) permettant, au fil des leçons, de mettre en corps à corps des élèves habituellement «distants»
- exercices d'échauffement au sol et accoutumance aux chutes favorisant des transferts et des progrès dans la gymnastique aux agrès. ■

Les «incivilités» et les cas de conflits n'épargnent pas l'éducation physique. Confrontés à de telles situations, les responsables scolaires se soucient d'y remédier. La formation continue est l'un des instruments d'information et de prévention dont ces autorités disposent pour empêcher la détérioration des conditions de travail. Dans cette perspective, une journée pédagogique a été organisée à Yverdon-les-Bains.

Une journée pédagogique à l'enseigne de «Violence et EPS»

Mise sur pied avec la collaboration de l'Office des Ecoles en Santé (ODES), du médecin des écoles d'Yverdon, de l'établissement secondaire F.-B. de Félice et du Service EPS, cette rencontre a réuni une trentaine de participants.

L'intitulé «La violence et l'éducation physique, des constats aux pratiques de prévention» donne une idée du fil rouge qui a servi aux présentations et aux échanges.

Une journée d'éclairages multiples sur un rythme soutenu

Une conférence de M. Michel Vuille, professeur à la Faculté de psychologie et des sciences de l'éducation de Genève, a permis de cerner le cadre général de la problématique «violence», dans le triple contexte de la société, de l'école et de l'adolescence. Ces apports théoriques pertinents ouvraient un riche programme.

Grâce aux acteurs de la troupe Caméléon, un théâtre interactif présentait diverses situations familières des leçons d'EPS dans lesquelles étaient joués des comportements et des attitudes d'élèves. Mis eux-mêmes «dans le coup» par le mime, le jeu de rôles, l'évocation de réactions possibles, les participants ont pu mesurer l'importance de leurs propres réactions, voire de leur contribution bien involontaire, à l'«escalade» de la violence et la surprise des formes inattendues que celle-ci peut prendre.

Réunis en ateliers, les participants ont ensuite échangé arguments et constats sur quelques aspects plus sensibles des comportements de l'adolescent face à l'adulte, sur des attentes indirectement formulées et des non-dits qui sont aussi un langage des jeunes en recherche d'identité.

Le rôle de la spontanéité des attitudes propres au sport, celui de la proximité physique de l'enseignant, comme celui des conflits préexistants qui ne demandent qu'à éclater à la moindre «étincelle» et l'importance des attitudes (langage non verbal) et du langage utilisé par le maître ont été évoqués.

L'exposé, en plénum, résumé des discussions de groupes, a permis de constater que l'expérience professionnelle personnelle et sportive ne suffit pas toujours à «trouver les mots justes». Plusieurs composantes du problème ont été mises en lumière: les différences culturelles et sociales, le rôle des préjugés entretenus par certains élèves à l'égard du sport, celui de la relation au corps souvent ambiguë à cet âge,

l'importance du dialogue et celle des motivations, le rôle et la place des sanctions, l'image de soi, les relations avec les parents, etc.

Une synthèse de la journée portant sur les enseignements tirés et les pistes de travail à suivre, a clos la rencontre.

Evaluation de la démarche

Des questionnaires d'évaluation ont été remis aux participants. Les informations glanées ont, à la quasi unanimité, révélé les mérites de cette formule de formation continue interactive. La contribution de la troupe Caméléon a été jugée spécialement opportune, sous-tendue par une organisation de qualité.

De l'avis général, un prolongement devrait être apporté à ces réflexions et prises de conscience. Le thème est suffisamment sensible et actuel, voire préoccupant, pour que les enseignants, les infirmières scolaires, les médiateurs présents souhaitent approfondir la gestion de situations qui, de l'avis général, ne sont pas l'apanage de l'éducation physique et sportive.

Actuellement, l'extension de cette offre de formation est à l'étude auprès de la HEP.

Signalons, en guise de conclusion, fait particulièrement apprécié, que des élèves de l'établissement de Félice ont préparé et servi un excellent repas de midi dans le cadre d'une «option cuisine», contribuant ainsi au succès de cette journée pédagogique. ■



Karen Sports Project

Jean Aellen

SEPS

Etienne Reymond est maître d'éducation physique et sportive dans l'établissement scolaire de Cheseaux. Depuis plus de trois ans, il se rend régulièrement sur la frontière thaïlando-birmane pour conduire avec succès son projet d'aide sportive dans un camp de réfugiés Karens. Avril 2003, à quelques jours de son prochain départ pour la Thaïlande, accompagné cette fois-ci de Pascal Huber, maître d'éducation physique et sportive à Rolle, Etienne nous parle avec enthousiasme de son action. Coup de cœur!

«Après plus de 10 ans d'enseignement, il était temps pour moi de m'octroyer une année de congé. Je ressentais le besoin de prendre un peu de recul par rapport à mon travail et aussi une grande envie d'aller à la rencontre des autres, de leur culture et de leurs valeurs.

L'idée d'un long voyage me trottait dans la tête. J'ai choisi d'aller à la découverte de la nature et des peuples qui vivent en osmose avec elle. Mon périple commença par le nord de l'Inde, dans l'Himalaya et se poursuivit par le Laos, le Vietnam et le nord-ouest de la Thaïlande.

Il est vrai aussi que je ressentais le besoin de vivre une expérience d'aide apportée à une communauté. N'ayant pu concrétiser le projet d'aller enseigner le français dans un hôpital vietnamien, il me restait encore en poche l'adresse d'une Australienne, Jane, qui partage depuis plusieurs années la vie des réfugiés Karens.

J'ai ainsi découvert le camp où Jane a fondé une école. Très vite, nous avons parlé d'un projet d'enseignement du sport. Expérience et challenge extraordinaires pour moi et perspectives enthousiasmantes aussi pour les réfugiés Karens puisque j'allais être leur premier «prof de sport».

Après une première réunion avec des responsables du camp, nous avons décidé de former des moniteurs motivés à transmettre les bases du football et du volleyball à des groupes de jeunes. Par ailleurs, j'ai pu aussi intervenir auprès d'enseignants primaires pour leur apprendre une multitude de petits jeux. Avec les activités sportives proposées, j'ai vu des visages rayonnants, de l'enthousiasme ... et mon projet d'aide sportive était né».

Les Karens

Deuxième plus grand groupe ethnique vivant en Birmanie, les Karens, en majorité paysans, sont en rébellion depuis des décennies contre la junte militaire birmane. Cette ethnie montagnarde, en lutte contre le pouvoir, de Rangoon, est refoulée régulièrement vers la frontière thaïlandaise. Ainsi, beaucoup de Karens vivent maintenant dans des camps de réfugiés.

Au quotidien

Lors des activités sportives mises en place, j'ai pu observer que, même dans des conditions de vie difficiles et avec des moyens rudimentaires, le jeu reste universel et amène la joie, le bien-être, encourage le partage et permet aussi de s'échapper des problèmes quotidiens.

Dans le camp, les jeunes adultes jouent régulièrement au football, au volleyball ou au «takro» (foot-volley), discipline très répandue en Asie. Le sport n'étant pas enseigné dans les écoles, le nombre de ballons et de matériel limité, il fallait que je structure mon intervention comme maître d'éducation physique et sportive afin que mon apport puisse être profitable à long terme.



Le «Karen Sports Project»

Objectifs

- donner la chance à des jeunes de s'épanouir à travers le développement de leurs compétences sportives
- permettre à des jeunes de vivre et de partager de nouvelles expériences à travers le sport
- organiser et mettre en place une structure d'enseignement du sport dans un camp de réfugiés
- former une équipe de moniteurs capables d'encadrer les jeunes
- financer le projet par l'achat et l'acheminement de matériel sportif dans le camp
- garantir un suivi au niveau de la gestion du projet
- maintenir une cohésion sociale dans ce camp.



Actions

- apport de ressources financières pour l'achat de ballons et d'équipements sportifs
- financement des déplacements nécessaires aux achats de matériel sportif à Chiang Mai
- entretien et remplacement du matériel
- formation de moniteurs
- élaboration de documents pédagogiques en langue Karen.

Suivi

- suivi assuré sur place par Jane, notamment pour la gestion des comptes, les rapports de situation, la gestion du matériel sportif
- suivi du projet par Etienne Reymond:
 - voyages sur place pour le contrôle des objectifs fixés, l'identification des besoins, l'ouverture des activités vers d'autres disciplines sportives et la formation des moniteurs
 - recherche de fonds et suivi du projet à long terme.

Bilan

L'année 2002 a vu le projet prendre son assise grâce aux donateurs qui le soutiennent généreusement et grâce surtout aux acteurs qui, sur le terrain, prennent leur tâche très au sérieux. En effet, Jane continue de faire un travail remarquable de coordinatrice ainsi que le comité de 11 personnes qui gère ce projet dans le camp. 1300 enfants (592 filles, 708 garçons) participent avec plaisir aux entraînements de football ou de volleyball dispensés par près de 40 entraîneurs!

«J'éprouve une grande satisfaction, commente Etienne Reymond, une joie immense en réalisant le succès rencontré par le Karen Sports Project. L'attrait du projet sur place rencontre un large écho et de nouvelles demandes d'aide sportive nous parviennent. Cela me prouve que nous sommes en train de répondre à des besoins vitaux dans l'éducation des jeunes et je ne peux que m'en réjouir. Je pars pour le nord de la Thaïlande dans quelques jours. Le projet continue!»

Si le projet d'Etienne Reymond vous intéresse, si vous voulez contribuer, même modestement, aux actions sportives conduites auprès des jeunes Karens, si ... ■

Karen Sports Project – CCP No: 17-480560-7

(Etienne Reymond, E-mail: etienonr@hotmail.com)



Lutter

Par des duels ludiques, les élèves font des expériences corporelles et motrices fondamentales. Ils apprennent à libérer leur trop-plein d'énergie de manière contrôlée en respectant leur partenaire et les règles de base établies pour le combat.

(Extrait du manuel d'éducation physique no 4, brochure 3, destiné plus particulièrement aux élèves de la fin du deuxième cycle primaire et du cycle de transition, 4e à 6e année)

Jeux avec partenaires

2 élèves sont distants d'un mètre. Poser les paumes des mains les unes contre les autres à hauteur de poitrine. Qui parvient à déséquilibrer son partenaire par des poussées des mains?

- Se tenir sur une jambe.
- Les deux sont sur une ligne et se donnent la main. Qui oblige son partenaire à quitter la ligne en poussant et en tirant?
- Qui parvient à toucher les genoux de son partenaire?
- Qui arrive à tirer son partenaire par-dessus une ligne déterminée (se tenir par les deux mains)?
- Couchés sur le ventre, pousser avec les bras.

Variantes:

- «Combat de buffles»: à quatre pattes, se pousser épaule contre épaule.
- «Combat de sabres»: avec des journaux enroulés.



Vol des sautoirs ou des pincès à linge

Tous les élèves fixent un sautoir à la taille (la moitié du sautoir doit dépasser). Ils essaient de se voler mutuellement les sautoirs. Règle: pas de contact physique. Chercher un nouveau sautoir auprès de l'enseignant quand on en a perdu un.

- Quel groupe obtient le plus de sautoirs?
- Tous les élèves fixent cinq pincès à linge sur leurs vêtements. Qui réussit à garder le même nombre de pincès durant un laps de temps déterminé?



Vol de sautoirs, 1 contre 1 avec arbitre

Aménager une surface de 2-4 tapis. Deux élèves se font face, un sautoir coincé à la taille, dans le dos. Ils essaient d'attraper le sautoir du partenaire.

Règle: le contact avec les bras de l'adversaire est permis pour la défense, mais on ne peut pas les immobiliser. Un élève-arbitre veille au respect de cette règle.



Libérer le tapis

Deux élèves essaient de se repousser hors de la surface de tapis (2-4 tapis), debout ou à genoux. Les prises sont admises uniquement aux bras mais pas aux habits! Un élève-arbitre est responsable du respect de cette règle.



Tortue à trois

Deux élèves sont sur la surface de tapis. Un élève, à quatre pattes, se cramponne à un ballon. Quelles ruses doit employer son adversaire pour lui subtiliser le ballon?

- L'attaquant essaie de retourner le possesseur du ballon sur le dos.
- Eléphant: un élève est à quatre pattes, sans ballon, sur la surface de tapis. L'attaquant essaie de le retourner sur le dos et de lui faire toucher le sol avec les épaules.



Rugby à quatre pattes

2 équipes de 5 élèves se font face, à quatre pattes, au bord d'un tapis. Au milieu de cette surface est placée une balle médicale. Au signal de départ, les deux équipes se ruent sur la balle et essaient de la déposer derrière la ligne de fond de l'adversaire.

Règle: retenir les adversaires seulement aux bras et au torse. Il est interdit de se relever.



Tenir la jambe

A et B se tiennent sur un tapis. Les deux essaient de retenir une jambe du partenaire pour le déséquilibrer, le faire tomber et le tourner sur le dos. Un élève-arbitre surveille le respect des règles.

- Compétition individuelle avec changement de partenaire: celui qui reste debout durant dix secondes (sans contact avec le sol avec d'autres parties que les pieds) marque un point. Qui obtient le maximum de points en cinq combats?



Lutte

Deux élèves, face à face, sur la surface de tapis. Ils essaient de se renverser sur le dos en se tirant par les bras, en se cramponnant, en tenant les jambes et en poussant les épaules sur le sol.

- A partir de la position à genoux.
- Tournoi: chacun contre chacun.
- Combat sur un gros tapis.





Jeux de contact

Claudine Borlat

SEPS

La pratique de ce type de jeux est intéressante car elle induit des attitudes qui pourront être réinvesties dans des activités de duel ou de combat.

Ces jeux de contact, bien «cadrés» par l'enseignant(e), sont généralement source d'émulation et d'enthousiasme. Ils apprennent à l'enfant à accepter le contact corporel avec l'autre tout en maîtrisant son agressivité et lui permettent de mieux connaître son corps, de le contrôler, d'adapter son comportement, d'écouter et de respecter ses camarades de jeu. Le succès de ces activités duelles ou collectives nécessite la définition et le respect de règles précises et acceptées par tous: consignes de sécurité - signal clair de début et de fin de jeu - gestion adéquate de l'espace - respect absolu de l'autre (douleur = signal «stop») - respect de l'esprit du jeu.

La forêt

Objectifs: s'engager dans différentes actions impliquant un contact corporel; accepter différents rôles.

Descriptif: la moitié des élèves de la classe représente une forêt dense. L'autre moitié se promène entre les arbres de différentes façons: seul, par 2 à quatre pattes, sans toucher les arbres, en touchant les branches (bras), les troncs, les racines.



Règles: les arbres restent enracinés; les promeneurs ne cassent pas les arbres, ils les touchent sans les bousculer.

Variantes:

- la forêt est agitée par le vent, les arbres se touchent, les arbres changent de hauteur ou de posture
- les promeneurs qui se rencontrent se serrent la main, ils se déplacent par groupe.

La puce

Objectifs: accepter le contact main/dos.

Descriptif: un poursuivant, la puce, doit toucher les autres élèves au milieu du dos. Les enfants touchés s'immobilisent jusqu'à l'arrivée d'un soigneur. Le soigneur doit «masser» le dos du joueur touché pendant 5 secondes pour le guérir.



Règles:

- le joueur touché ne bouge plus jusqu'à la fin des soins
- tous les élèves peuvent «soigner», mais le risque d'être touché demeure.

Variantes:

- plusieurs puces
- autre partie du corps à soigner/masser
- immobilisation dans une position définie
- soin/massage adapté à la position du touché.

La chenille

Objectifs: s'adapter aux partenaires, accepter le contact main/pied.

Descriptif: par groupes de deux à quatre élèves, ceux-ci se déplacent à quatre pattes, chacun tenant les pieds de celui qui le précède.



Règles: ne pas lâcher les pieds.

Variantes:

- en tenant un seul pied
- en position assise
- en effectuant un parcours avec ou sans obstacles
- sous forme de petite course.

La rivière

Objectifs:

- résister à une force de traction
- déplacer ses appuis en fonction de l'adversaire
- respecter les signaux de début et de fin de jeu.

Descriptif: par deux, de part et d'autre d'une ligne en se tenant les mains: chacun cherche à amener l'adversaire de son côté.



Règles:

- prise de mains ferme
- respecter le début et la fin du jeu (arrêter de tirer dès le franchissement de la ligne).

Variantes:

- en se tenant par une main
- deux contre deux, avec un partenaire qui aide (dessin)
- introduire le signal STOP marquant la fin de jeu (franchissement de la ligne ou douleur exprimée).

L'ours

Objectifs:

- éprouver la résistance, la force de l'autre
- accepter de perdre sa balle
- respecter l'adversaire.

Descriptif: par deux: l'un est assis et se cramponne à son ballon, l'autre tente de le lui dérober.



Règles:

- ne pas faire mal (griffer, pincer)
- respecter le signal STOP (douleur) du partenaire
- ne pas sortir de l'espace délimité.

Variantes:

- l'ours est couché
- les «chatouilles» sont autorisées (max. 30 sec)
- par trois, avec un arbitre qui surveille le respect des règles et/ou qui donne le signal de début et le STOP.

La tortue

Objectifs:

- oser saisir le corps de son adversaire
- accepter de se faire pousser
- savoir résister à la poussée.

Descriptif: par deux: l'un se tient solidement à quatre pattes, l'autre tente de le retourner sur le dos.



Règles:

- ne pas faire mal (griffer, pincer)
- respecter le signal STOP (douleur) du partenaire
- ne pas sortir de l'espace délimité.

Variantes:

- avec les yeux bandés
- position de départ à plat ventre
- par trois avec un arbitre.



Les hérissons

Objectifs:

- se déplacer par rapport à un point précis
- accepter le contact main/dos.

Descriptif: par deux: chacun place 3-4 pinces dans le dos de l'autre.



But: enlever les «piquants» de son adversaire sans perdre les siens.

Règles:

- respecter les signaux de début et de fin d'assaut
- ne pas sortir de l'aire de jeu.

Variantes:

- avec un arbitre
- avec les yeux bandés.

Le sculpteur (retour au calme)

Objectifs:

- oser manipuler le corps de son partenaire pour lui faire prendre une posture
- se représenter mentalement une position
- accepter de se faire «sculpter».

Descriptif: par deux: l'un se laisse manipuler et l'autre «sculpte» son partenaire d'après un modèle.

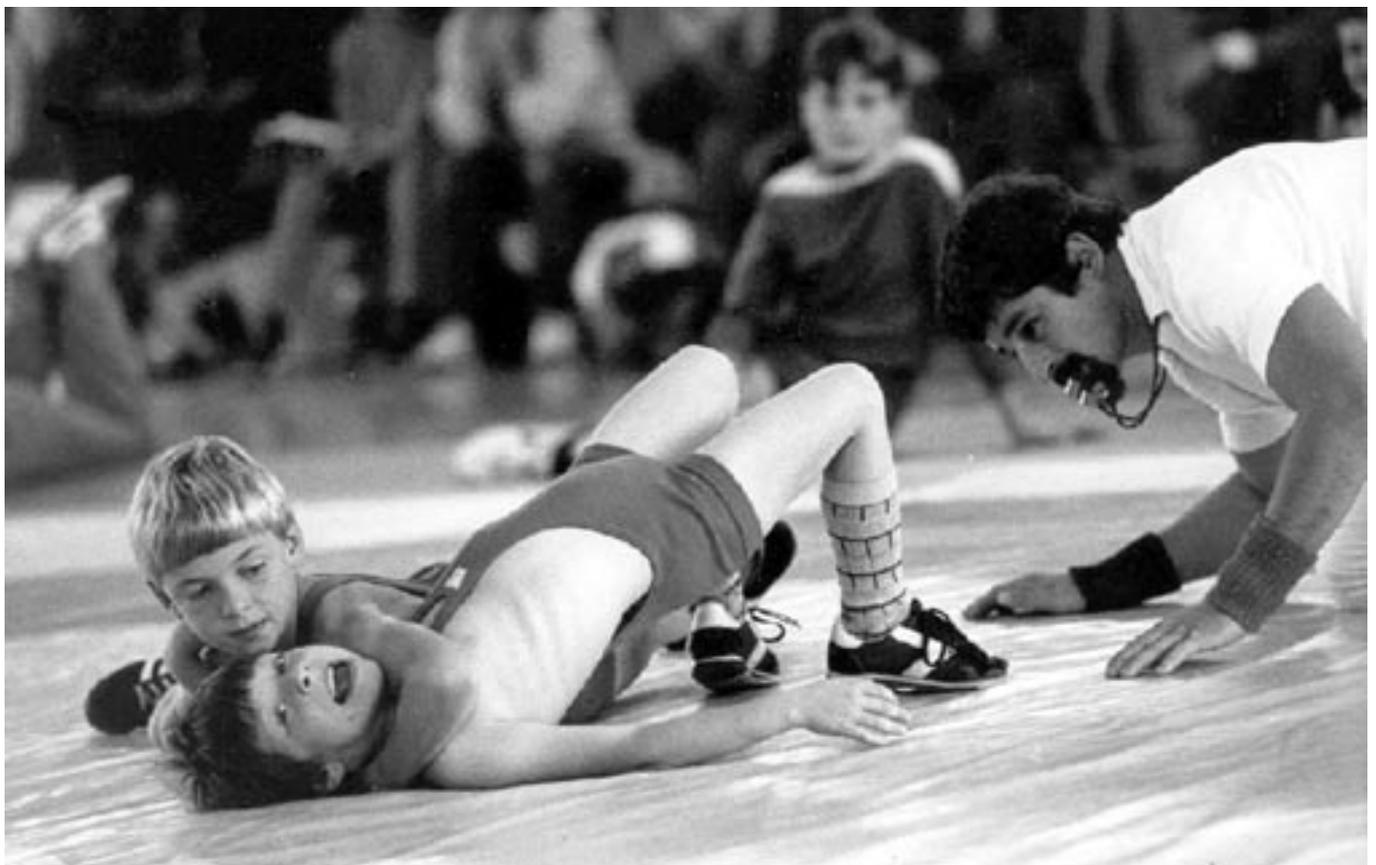


Règles:

- le sculpteur manipule en douceur
- le sculpté maintient la position.

Variantes:

- le sculpteur a les yeux bandés
- le sculpteur aveugle doit reconnaître sa sculpture parmi trois autres. ■





Evaluation de l'EPS:

«Mes activités en éducation physique»

Marcel Favre

SEPS

Dans le numéro 12 d'EsPaceS pédagogiques (septembre 2000), nous vous avons présenté les premières versions des documents d'évaluation destinés aux cycles primaires et appelés alors «Mon Livret».

Après une large consultation et le dépouillement des réponses, un groupe de travail a élaboré de nouveaux carnets intitulés «Mes activités en éducation physique». Accompagnés d'une notice d'emploi, ces moyens d'enseignement ont été introduits officiellement en automne 2002. Nous en présentons ici les caractéristiques principales et rappelons certains principes d'utilisation.

Mes activités en éducation physique, en quelques traits

Pour chacun des deux cycles primaires, un carnet de 16 pages comporte notamment:

- de nombreuses situations d'apprentissages illustrées et présentées selon la structure des nouveaux manuels fédéraux
- un espace «Remarques» sur chaque page, destiné soit à l'enfant soit à l'enseignant(e)
- des carrés destinés à marquer d'une croix les exercices ou apprentissages réalisés
- une ou deux pages dites «de l'élève» laissées à l'enfant qui y consigne ses impressions, résultats ou remarques
- une page de signatures, en fin de carnet, attestant de la communication «enfants-parents-enseignant(e)»
- deux fiches thématiques encartées sous la couverture: «courir longtemps» et «mes performances en natation».

Une notice explicative destinée aux enseignant(e)s complète les deux carnets.

Une adaptation bien accueillie

La révision de «Mon Livret» a permis en particulier:

- de diminuer le nombre d'indications à transcrire par l'enseignant(e)
- d'adopter une formulation systématique des énoncés d'exercices
- d'aérer graphiquement la présentation
- de répartir les contenus en deux carnets distincts.

Les premiers retours d'information provenant des animatrices et animateurs pédagogiques, de deux associations d'enseignants ainsi que de maîtresses et de maîtres généralistes sont très positifs. Il est cependant encore un peu tôt pour confirmer ces appréciations réjouissantes.

Notons que plusieurs cantons confédérés ont déjà montré un vif intérêt pour ces documents.

L'importance de l'évaluation: des représentations à «géométrie variable»

Tous les instruments d'évaluation permettent de faire connaître des compétences, des réussites, des réserves. Mais leur portée immédiate sur le devenir de l'enfant et sur les représentations que les parents se font n'ont pas le même caractère inéluctable, ne soulèvent pas les mêmes interrogations, craintes ou espérances.

L'éducation physique et sportive est une branche scolaire non promotionnelle. Considérée à la lumière de cette caractéristique de «gravité moindre», la transmission d'information ne revêt pas, aux yeux des élèves, des parents et des enseignants, un aspect aussi rédhibitoire que d'autres outils d'évaluation.

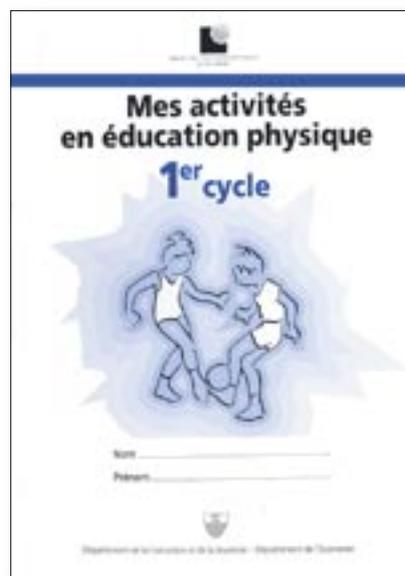
Qu'on ne se laisse pourtant pas tromper. Cela ne signifie pas pour autant que les informations glanées puis consignées en éducation physique ne sont pas au moins aussi importantes que d'autres. Elles portent simplement sur des aspects moins «scolaires», plus transversaux de la personnalité, de l'aisance corporelle, de la socialisation. Elles touchent à des dispositions que la vie sociale et personnelle de l'enfant rendent néanmoins visibles.

Des traces d'apprentissages teintées de pratiques sportives

Les appréciations rassemblées en éducation physique doivent d'abord être prises pour ce qu'elles sont: de simples traces d'apprentissages moteurs, perceptifs, sociaux. Les divers

«savoirs» sont toujours «empruntés» au monde des gestes spontanés et des actions élémentaires: courir, lancer, grimper, se suspendre, se balancer, lancer, recevoir, glisser, culbuter, etc.

Il se trouve que ces groupes de mouvements se conjuguent aux nombreuses interactions propres aux jeux, aux activités de groupes, aux efforts partagés, moments à





6

Courir - Sauter - Lancer

7

Courir - Sauter - Lancer

Courir vite

J'ai pratiqué des formes de courses et de poursuites.



J'ai réagi rapidement à divers signaux.



Courir longtemps

J'ai couru le nombre de minutes correspondant à mon âge.

Test

date

le j'ai couru minutes
 le j'ai couru minutes
 le j'ai couru minutes



Remarques

.....

Sauter

J'ai beaucoup sauté en jouant.



J'ai sauté loin.

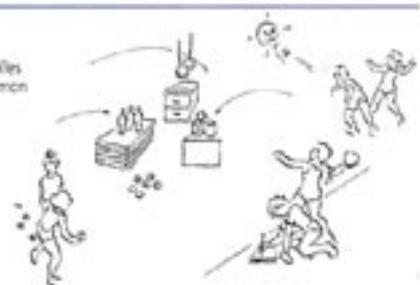


J'ai sauté haut.



Lancer

J'ai lancé différentes balles avec mon bras droit et mon bras gauche.



J'ai lancé avec précision, j'ai atteint des cibles.

.....

forte composante émotionnelle. Les apprentissages portent aussi sur les domaines fondamentaux des gestes synchronisés et coordonnés, soit des opérations à la fois mentales et motrices, à haut degré d'exigences.

En éducation physique, les compétences s'acquièrent souvent sous des contraintes d'espace et de temps, ce qui accroît le potentiel d'adaptation, de maîtrise de soi, dont la vie scolaire et extra scolaire fait un large usage.

Après la «leçon de gym», l'élève ne rapporte guère de savoirs visibles à domicile. Les carnets contribuent donc à expliciter ses apprentissages, à comprendre de quoi l'enfant parle, s'il en parle. Autour de cette simple évocation, gravite tout un ensemble de petits «riens» à partager en famille.

De l'usage du carnet d'évaluation EPS

L'évaluation formative des activités passe par une observation suivie, régulière, consignée au fur et à mesure. Disposer de son carnet au moins toutes les trois leçons d'éducation physique, reporter rapidement mais soigneusement un résultat, acquérir l'habitude de ce relevé spontané, tout cela s'acquiert aussi. Peu importe si quelque coin de page est un peu corné, si la mine du crayon se casse, si le dessin du carnet n'évoque pas l'aide que les camarades ont apportée pour réaliser l'exercice... L'enfant sait bien lui-même dans quelles circonstances il a réussi ce qu'on lui demandait.

Quelques rappels didactiques à l'usage de l'enseignant(e)

L'évaluation «en continu» n'est pas gourmande en temps ou n'occasionne pas de «désordre» si les précautions suivantes sont prises :

- procéder à un choix d'exercices de difficulté progressive
- se référer au manuel pour préparer l'enseignement
- choisir un exercice simple pour présenter l'emploi du carnet
- énoncer un ou deux critères de réussite pour chaque exercice
- habituer les élèves à s'entraider
- ne pas hésiter à revenir sur un exercice déjà évalué, par exemple en faisant exercer des variantes
- différencier, au besoin, la durée de l'apprentissage et les conditions de réussite selon les possibilités des élèves
- ne pas attendre la fin de l'apprentissage d'un exercice pour l'évaluer
- choisir des formes d'activité qui garantissent une intensité suffisante, tout en permettant l'observation et l'évaluation (travail par ateliers, enseignement par demi-classe, une moitié des élèves occupée à l'évaluation, l'autre moitié jouant à un jeu connu, etc.)
- se soucier de la sécurité, quelle que soit la forme d'enseignement choisie
- se faire préalablement une idée claire des difficultés principales que les élèves pourraient rencontrer.



Des espoirs en guise de conclusion

Le groupe de travail chargé de la révision de «Mon Livret» espère que ce moyen d'enseignement dépasse la fruste nécessité consistant simplement à «remplir le carnet». Cette formule laisserait supposer que la fatalité d'une obligation à satisfaire l'emporterait sur l'enthousiasme à exploiter mieux encore les leçons d'éducation physique. Le carnet est avant tout une aide pédagogique, pas une «contrainte de plus».

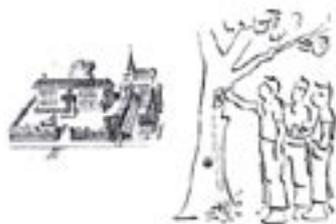
Le groupe est parti du principe qu'il pouvait compter, de la part des enseignant(e)s concerné(e)s, et avec l'appui des animateurs pédagogiques EPS, sur une véritable réflexion didactique, étayant un usage progressivement maîtrisé de «Mes activités en éducation physique... ». ■

10 Plein air

Autour de mon école

Fai réussi à m'orienter...

- en retrouvant ma maison sur une carte
- en suivant un plan pour me déplacer
- j'ai trouvé des postes de course d'orientation à l'aide de la carte



En forêt

Fai pratiqué des jeux tout en respectant la nature:

- jeux de groupes
- jeux d'observation
- jeux d'orientation
- _____

j'ai fait une randonnée en forêt



Annexes

11 Plein air

Au bord de l'eau

- je connais les dangers et j'en ai tenu compte

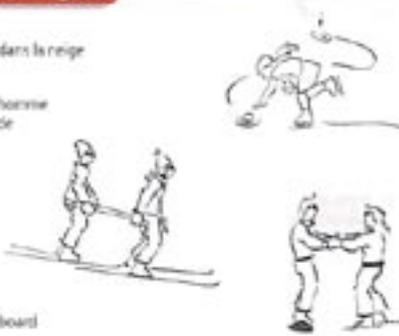
Fai exercé certaines activités:

- _____
- _____
- _____



Dans la neige et sur la glace

- j'ai inventé des jeux dans la neige
- j'ai construit un bonhomme de neige avec l'aide de mes camarades
- j'ai patiné
- j'ai skié
- j'ai pratiqué le snowboard



Annexes



La voile à l'école

Pierre-Paul Arend

Swiss Sailing

Fort des succès rencontrés sur les plans d'eau du monde entier, la voile suisse bénéficie d'une image extraordinaire auprès de la population. La Fédération suisse de voile, Swiss Sailing, souhaite aujourd'hui renforcer son action auprès des jeunes et développer la pratique de la voile à l'intérieur de nos frontières, notamment dans les cantons romands. Le projet «La voile à l'école» s'inscrit dans cette perspective.

Qui d'entre vous n'a jamais rêvé un jour d'enseigner en pleine nature? Avec de nombreuses activités transdisciplinaires possibles comme l'étude des éléments physiques de la propulsion, la connaissance du milieu lacustre, l'analyse des plus petits organismes vivants ...

Mis en place il y a sept ans par la Fédération suisse, le projet «La voile à l'école» prend forme maintenant dans le canton de Vaud. Il met en relation les écoles d'un côté et les clubs et écoles de voile de l'autre. Les élèves découvrent alors toute la fascination de la voile sur dériveur ou sur lesté grâce à des moniteurs compétents. Les responsables du projet sont dès maintenant prêts à collaborer avec des enseignants intéressés par l'organisation d'un camp nautique, d'un cours de Sport Scolaire Facultatif (SSF), d'après-midi sportifs voire de course d'école.

Un concept présentant plusieurs possibilités de collaboration avec l'école s'articule autour des trois offres décrites ci-après. Divers contacts sont actuellement pris pour concrétiser ces actions, en particulier avec le Service EPS, la Haute Ecole Pédagogique (HEP) et l'Association vaudoise d'éducation physique scolaire (AVEPS).

Un cours de formation continue destiné aux enseignants

Ce cours a notamment pour objectifs de sensibiliser les enseignants à la pratique de la voile avec des jeunes, d'aborder des thématiques pédagogiques à caractère transdisciplinaire et de découvrir diverses possibilités d'organisation d'activités nautiques dans le cadre scolaire.

Afin de pouvoir organiser un tel cours de perfectionnement, une demande a été formulée auprès de la HEP. Le programme de formation continue de cette institution renseignera les enseignants intéressés.

Signalons par ailleurs qu'un cours de formation continue semblable sera organisé dans le cadre du Service des sports UNIL-EPFL. Planifié en octobre 2003, ce cours devrait se dérouler au Centre nautique



universitaire de Dorigny. Les enseignants intéressés peuvent déjà obtenir des renseignements complémentaires ou s'inscrire auprès de l'organisateur (cf. référence ci-après).

Un cours transdisciplinaire de voile destiné aux élèves

Différentes structures d'organisation peuvent être envisagées. Le cours, de quatre à cinq jours, peut prendre la forme d'un camp sportif scolaire ou se dérouler sur des jours non consécutifs, par exemple dans le cadre d'un cours SSF ou d'après-midi sportifs.

Toutes les organisations mises en place devront être autorisées par les directions d'établissements et répondre aux mesures de sécurité publiées par le SEPS et par J+S.

La période d'organisation de ces activités, couplée à la «saison de voile», s'étend généralement du 1^{er} avril au 30 octobre.



Si l'établissement scolaire reste bien entendu «leader» d'un tel cours, il peut obtenir le soutien et la collaboration de la direction du projet «La voile à l'école» et, plus particulièrement, des conseils avisés des écoles de voile et des responsables de diverses bases nautiques. Ainsi, les problématiques d'organisation, de déplacements, de logistique, de locaux, d'encadrement peuvent être partagées avec des spécialistes de ce sport.

Dès maintenant, les maîtres intéressés par cette offre peuvent prendre contact avec le responsable romand du projet Swiss Sailing «La voile à l'école» (cf. référence ci-après).

Un championnat scolaire de voile

Cette manifestation, déjà organisée depuis plusieurs années en Suisse allemande, est à l'état de projet chez nous. Afin de ne pas surcharger les établissements scolaires d'offres pléthoriques et non maîtrisées sur le plan pédagogique, il convient d'envisager et de discuter l'intégration d'un tel championnat dans le concept général des manifestations sportives scolaires mises en place par le SEPS et l'AVEPS. Affaire à suivre!

Pour conclure, Swiss Sailing, et en particulier son ambassadeur pour la Suisse romande, espère que le projet «La voile à l'école» rencontrera un vif écho auprès des enseignants du canton. Ainsi, les jeunes pourront profiter de ces terrains de jeux extraordinaires que sont les lacs, en toute sécurité et avec un encadrement de spécialistes. Les responsables des clubs de voile et de bases nautiques accueilleront avec plaisir les élèves et les maîtres désirant s'initier à ce sport merveilleux. Bienvenue à tous! ■



Pour toute information complémentaire relative au projet «La voile à l'école»:

*Monsieur Pierre-Paul AREND, ambassadeur de Swiss Sailing
Service des sports UNIL-EPFL, Dorigny, 1015 Lausanne
Téléphone: 079/517 6333
E-Mail: arend.druart@bluewin.ch*



«Écrin vert»

Olivier Saugy

SEPS

Raid-nature franco-suisse / Mercredi 1er octobre 2003

Écrin vert est né de l'idée de sensibiliser les jeunes de l'Arc jurassien à leur identité commune en les réunissant dans le cadre d'une manifestation sportive franco-suisse. Ce raid-nature, non chronométré, s'effectue en VTT.

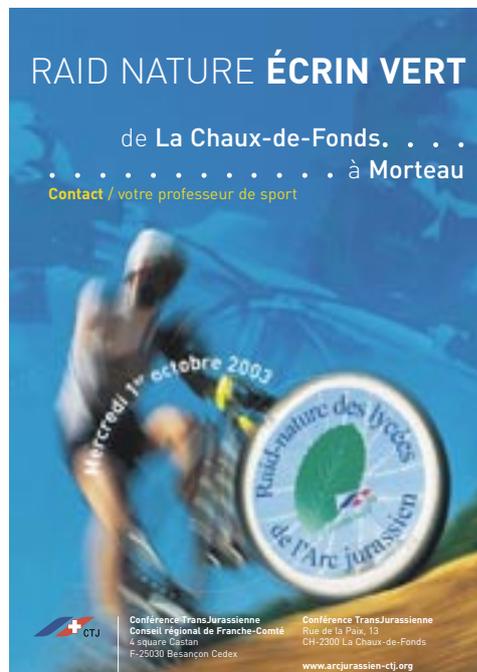
La première édition a eu lieu le 6 juin 2001, permettant à 170 jeunes de se rencontrer à l'occasion d'un périple multi-sports entre La Chaux-de-Fonds (CH) et Morteau (F). Malgré de mauvaises conditions météorologiques, le succès de cette opération a incité la Conférence TransJurassienne (CTJ) à reconduire cette expérience.

L'édition 2002 a été organisée à plus grande échelle puisqu'environ 600 jeunes ont pu y participer entre Morteau et Le Locle, avec des activités variées comme le VTT, le tir à l'arc, la course d'orientation. A noter: la chaude ambiance lors de la traversée des bassins du Doubs et autour de la fondue géante qui a clos cette magnifique journée!

Le parcours 2003 ralliera La Chaux-de-Fonds à Morteau sur une trentaine de km.

20 équipes (dames, messieurs ou mixtes) représenteront le canton de Vaud en octobre 2003. Formées de 4 participants, exceptionnellement de 3 ou 5, elles participeront encore à plusieurs épreuves spéciales: tir à l'arc, culture générale, épreuves surprises.

Les établissements concernés, gymnases et écoles professionnelles, recevront prochainement les informations détaillées leur permettant de s'inscrire. ■





Formation continue

HEP

Pour l'ensemble des informations sur les types de formation continue en HEP, voir la brochure «Formation continue en HEP, offres et modalités».

Les demandes de renseignements, de formation, les inscriptions et les demandes de subsides sont à adresser à:

HEP-VD, section 2, Av. de Cour 33 – CP 1014 Lausanne

Tél. 021/316 9570

Fax 021/316 2421

e-mail section2.hep@dfj.vd.ch.

ASEP

Information détaillée auprès du secrétariat de l'ASEP, Neubrückstrasse 155, 3012 Berne

Tél. 031/302 8802

Fax 031/302 8812

e-mail info@svss.ch

• Séminaire de formation à la pratique réflexive en EPS	30/31 octobre 2003	Yverdon-les-Bains
• «Mut tut gut!» pour la Romandie	15 novembre 2003	A définir
• Tout sur la nutrition, du sportif d'élite à l'adolescent obèse	15 novembre 2003	Orbe

Nouveautés J+S

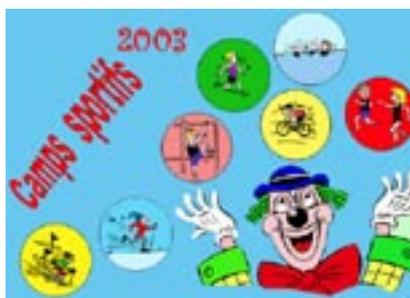
Pour connaître toutes les informations et renseignements nécessaires concernant les cours Jeunesse+Sport, veuillez consulter le site de Macolin: www.baspo.ch

- Disciplines sportives / Groupes d'utilisateurs
- Formation des moniteurs
- Plan des cours
- Documents à télécharger
- Formulaire d'inscription (PDF/Word) à télécharger
- Inscriptions en ligne par le répondant (coach) J+S

Les inscriptions online peuvent se faire directement par l'intermédiaire du répondant (coach J+S). Toutefois le répondant (coach) doit s'enquérir préalablement auprès du Service cantonal J+S que son adresse mail est bien enregistrée dans la banque de données nationale et qu'il connaisse son numéro personnel d'identification.

Pour tout renseignement vous pouvez vous adresser à J+S Vaud: 021/316 3961/62/64 ou par e-mail: jsvaud@seps.vd.ch.

Catalogue des vacances sportives 2003-2004



Pour la 14^e année consécutive, le Service de l'éducation physique et du sport (SEPS) édite le catalogue des vacances sportives, susceptible d'intéresser de nombreux jeunes amateurs de sport mais aussi de culture. Ce document - qui vient de paraître - propose plus de 200 camps, ouverts aux enfants et aux jeunes âgés de 4 à 20 ans et plus.

Ces séjours sont organisés par diverses institutions pendant les vacances scolaires de printemps, d'été, d'automne et d'hiver.

Ils offrent une panoplie d'activités sportives, telles que VTT, escalade, tir à l'arc, tennis, snowboard, football, planche à voile, kayak, voile, équitation, ski et patinage. Ils proposent également des loisirs culturels et éducatifs, tels que découverte de la faune et de la forêt, de la vie de la ferme, ainsi que création et animation de marionnettes.

Afin d'en savoir plus sur ces programmes, il suffit d'un simple appel téléphonique au SEPS, Ch. de Maillefer 35, 1014 Lausanne, au numéro de téléphone 021/316 3951, **le matin uniquement**. Le catalogue de ces activités sera ainsi envoyé gratuitement aux personnes intéressées.



Réduire le danger de chute

Régulièrement, le Bureau suisse de prévention des accidents (BPA) publie, à l'enseigne de «Safety Tool», des documents didactiques attractifs et faciles à utiliser dans la pratique. Contributions utiles à la promotion de la sécurité à l'école, ces outils de prévention traitent notamment, dans le domaine de l'éducation physique et sportive, les thèmes suivants:

Les chutes – Les randonnées – Les jeux de ballon – Les randonnées à vélo – Le Inline/skating – Les sports de glisse – La baignade.

Chaque dossier se compose de textes qui présentent globalement le sujet ainsi que des fiches de travail à caractère didactique. L'extrait publié ci-après provient du «Safety Tool» consacré aux techniques de chute (Ub 9808).

Les «Safety Tools» du BPA peuvent être commandés gratuitement à l'adresse suivante:

BPA, Case postale, 3001 Berne (www.bpa.ch)

Ces documents peuvent également être visualisés, imprimés ou commandés directement sur le site (www.safetytool.ch). ■

Activité/ Durée	Contenu	Organisation/matériaux
Mise en train: 15'	<p>"Chercher des nids": courir et sauter autour des nids. Au signal, occuper un nid (il y a un nid de moins qu'il y a d'élèves). Celui qui n'a pas de nid fait un exercice complémentaire.</p> <p>"La queue de la souris": marcher sur la corde que ton partenaire traîne derrière lui.</p> <p>"Équilibriste": marcher sur les cordes disposées en serpentins (en avant, en arrière, les yeux ouverts et fermés).</p>	<p>Une corde par élève Des cordes à sauter ont été disposées dans toute la salle en forme de nids. Fixer un signe (sonnerie, tambourin, sifflet, etc.). Attention, tu n'es pas seul dans la salle (collisions)!</p> <p>Disposer deux cordes en serpentins. Marcher en essayant de garder l'équilibre et passer à l'autre corde. Vous êtes tout au plus deux sur un serpent.</p>
Tomber en arrière: 10'	<p>"Le bateau": rouler sur le dos en avant et en arrière, la corde étant coincée entre le menton et la poitrine. Important: la tête ne doit jamais toucher le sol! Différentes positions de départ: assise, accroupie, debout (technique voir  fiche de travail 5).</p>	<p>Un tapis pour deux élèves. Tous ont une corde.</p>
Roulade en avant: 15'	<ul style="list-style-type: none"> "Les Indiens": nous nous trouvons dans le Far West. Les Indiens s'informent de l'arrivée du prochain train... Mets-toi à genou, colle ton oreille sur le rail, le poids du corps étant réparti sur l'épaule et le bras, pas sur la tête! Au signe "un train arrive" rouler sur l'épaule, se mettre en boule. "Coincer le rail": à genou sur une jambe, bras allongés et tendus pendant que tu exécutes la roulade. Sinon même déroulement que ci-dessus. Faire le même exercice depuis la station debout. "Conducteur": un conducteur de scooter roule sur la route. Soudain, un chevreuil traverse devant lui. Le conducteur freine, essaie de l'éviter et klaxonne. Puis il est projeté par-dessus le guidon. Seul une roulade peut le sauver sans trop de mal. Donc: freiner, éviter, klaxonner, rouler. Essayer diverses positions de départ: pied en avant, à l'arrêt, marche, course (technique voir  fiche de travail 6). 	<p>Procéder dans le sens longitudinal au tapis. Ton partenaire peut t'aider, te guider.</p> <p>Tu peux donner le signe. Tu cours derrière les tapis et signales le train.</p>



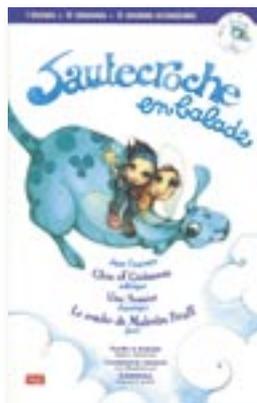


Sautecroche en balade

Marie Henchoz, Lee Maddeford, Annick Caretti (2002, éditions Loisirs et pédagogie LEP; www.editionlep.ch; cote biblio-SEPS: CM 38)

Ce nouveau CD, accompagné d'un livret magnifiquement imagé, succède aux huit coffrets Sautecroche et au CD Pédibus bien connus.

A la recherche de nouvelles pistes musicales, les auteurs ont confié leurs chansons inédites à trois ensembles musicaux de haut niveau: Glen of Guinness et sa musique celtique, le quatuor à cordes Sine Nomine et le combo jazz de Malcom Braff. Une réussite qui réjouira nombre d'enseignant(e)s! Le livret contient les paroles et les partitions musicales des douze chansons du CD.



Dossiers envisagés dans les prochains numéros

- Prévention-sécurité
- Les nouveaux manuels EPS: éclairages
- Les arts martiaux
- L'évaluation en EPS (suite)



Service de l'éducation physique et du sport

Ch. de Maillefer 35

1014 Lausanne

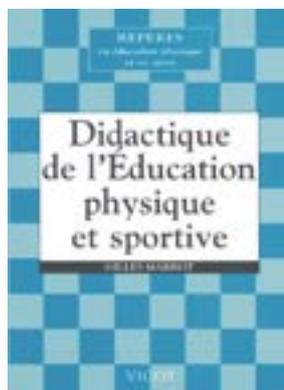
Tél. 021/316 3939

Fax 021/316 3948

www.seps.vd.ch

Didactique de l'éducation physique et sportive

Gilles Marot (Paris 2001, éditions Vigot; cote biblio-SEPS: 70.108)



S'appuyant sur l'enseignement de l'EPS en France, l'auteur présente ici, de façon approfondie, quelques outils d'analyse nécessaires à la création d'un sens commun expliquant les transformations actuelles de cette discipline scolaire et notamment de ses programmes. Il s'intéresse également à la compréhension du vocabulaire que l'EPS véhicule et à la construction d'une cohérence solide entre les données théoriques et leur mise en œuvre pratique. Cet ouvrage intéressant s'adresse notamment aux étudiants en sciences du sport et de l'éducation physique et à tous les enseignant(e)s d'EPS.

Au sommaire (extraits): Epistémologie de la didactique en EPS – Un environnement et des élèves sous influence – Les enseignants – Les savoirs – Les concepts en didactique de l'EPS – Les finalités et les objectifs en EPS – La notion de programme – Les apprentissages en EPS – L'évaluation.

Ont collaboré à ce numéro:

Illustrations: Claudine Borlat, BPA, EFMS, Fédération française de lutte, Etienne Reymond

Rédaction: Jean Aellen, Pierre-Paul Arend, Claudine Borlat, Raymond Bron, Marcel Favre, Pierre Meylan, Olivier Saugy

Réalisation: Jean Aellen, Jean-François Martin

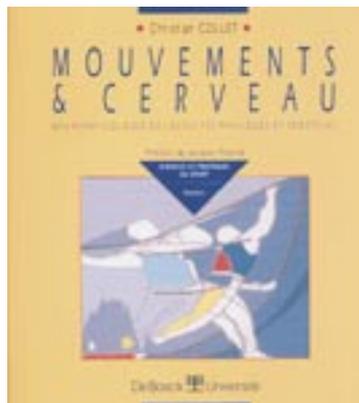
Impression: Oliprint, ateliers Olbis

Mouvements et cerveau

Christian Collet (Paris-Bruxelles 2002, éditions De Boeck Université; www.deboeck.be; cote biblio-SEPS: 70.107)

Cet ouvrage scientifique a pour objectif d'établir un lien entre la neurophysiologie du mouvement et la pratique sportive. La première partie analyse les divers problèmes posés au système nerveux par l'activité sportive. La seconde est consacrée à l'organisation de la motricité et au contrôle du mouvement. La dernière partie envisage les solutions apportées par le système nerveux dans l'organisation et la régulation des différents gestes sportifs. Des exemples concrets, des analyses par familles d'activités sportives sont proposées dans ce livre dense et richement illustré.

Au sommaire (extraits): L'organisation hiérarchisée du mouvement – Les mouvements réflexes – Les mouvements volontaires – Les informations périphériques et rétroactions – Application à quelques activités sportives.



BIBLIOTHEQUE DU SERVICE DE L'EDUCATION PHYSIQUE ET DU SPORT

Ch. de Maillefer 35

1014 Lausanne

Horaire

Du lundi au vendredi

l'après-midi de 14h à 16h

Téléphone

021/316 3945 ou 021/316 3939

Plus de 2000 articles, livres, cassettes vidéo, cassettes son, revues et dossiers informatiques figurent au catalogue de la bibliothèque du SEPS et peuvent être empruntés.