

Distorsions cognitives !

Message du Service : Les camps sportifs scolaires comptent au minimum quatre heures d'activités sportives journalières et sont annoncés au SEPS au plus tard trois semaines avant leur début. Ils bénéficient, s'ils répondent aux exigences fixées, d'un soutien financier. Le coût du camp doit rester modeste.

Message du Directeur : Les camps de nature scolaire destinés aux quatrièmes comptent au minimum trois activités sportives en plein air et sont annoncés au DFJC dans les meilleurs délais. Il convient d'être exigeant sur les coûts financiers, le soutien étant modeste.

Message du Doyen : La nature même des camps scolaires où l'on fait de la gym nécessite au minimum quatre enseignants qui pratiquent dans les meilleurs délais au moins trois sports de plein air autorisés par l'OEPJ. L'exigence d'être modeste n'a pas de coût.

Message du Chef de file EPS : Les camps dans la nature se pratiquent avec trois enseignants en plein air. La gym a lieu dans les délais et les quatre activités sportives exigeantes sont modestes coûte que coûte.

Note de la rédaction : On appelle distorsion cognitive une interprétation personnelle de la réalité. Cette erreur dans le traitement mental de l'information entraîne parfois des désagréments dont le sujet s'étonne souvent... Par exemple, dans la situation évoquée ci-dessus, la résultante n'est pas sans conséquences.

Message du Service (extrait) : Votre demande de subside pour le camp organisé il y a quatre semaines nous est bien parvenue. Seules les demandes qui nous sont soumises trois semaines avant le début du camp sont prises en considération. Dès lors...

La préparation des camps de ski a commencé : réservation de locaux, engagement de personnel, gestion financière, relations avec la direction, les maîtres, les parents, les élèves, annonce des activités, respect des mesures de sécurité... Merci à chaque organisateur, au-delà des objectifs pédagogiques ou didactiques qu'il est essentiel de discuter régulièrement avec son staff, d'accorder une grande attention à ce temps de mise en place. Le succès d'un camp, dont la valeur éducative est largement reconnue, passe souvent par quelques contraintes administratives peu gratifiantes mais nécessaires. Merci pour votre engagement.

Joyeux Noël et bonnes vacances !

Jean Aellen

Sommaire

2 DOSSIER

- Vancouver 2010 : développement durable et traditions vivantes

7 LA PAGE DE ...

- L'animateur pédagogique d'éducation physique

8 ESPACE INFO

- Volleyball : ça bouge dans les écoles !

10 ESPACE VÉCU

- « Batodado » : un camp de voile extraordinaire

12 ESPACE DIDACTIQUE

- Sur le chemin du trappeur...

14 ESPACE VÉCU

- La marche de la Dent de Vaulion

15 FORMATION CONTINUE

- HEP, ASEP et J+S

16 L'OUVRAGE SUR LE MÉTIER

- Sports de montagne d'hiver
- Nous étions jeunes et insouciantes
- A bas l'arbitre

Développement durable et traditions vivantes

Vancouver 2010

Jean Aellen

SEPS

Actuellement et jusqu'au 11 avril 2010, les Jeux de Vancouver sont à l'honneur au Musée Olympique de Lausanne. L'exposition Vancouver 2010 consacrée à cette XXI^e édition des Jeux d'hiver aborde l'événement sous l'angle du développement durable : respect de l'environnement, retombées économiques positives, intégration des populations locales et exploration de leurs cultures. L'occasion est belle pour les enseignants intéressés de conduire un ou plusieurs projets en relation avec cet événement de portée internationale. De plus, la visite au Musée permet de découvrir l'exposition et son programme éducatif en participant à des activités axées sur une approche durable du sport. Le présent article, au-delà de quelques informations générales sur ces Jeux, permet de découvrir diverses pistes d'activités réalisables dans le cadre scolaire. Il se fonde en particulier sur le dossier pédagogique publié par le Musée Olympique (voir ci-après).



Vancouver 2010 en quelques mots

Du 12 au 28 février 2010, quatre ans après les Jeux Olympiques d'hiver à Turin (Italie), quatre ans avant les Jeux Olympiques d'hiver à Sotchi (Russie), Vancouver a l'honneur d'accueillir les Jeux d'hiver 2010. Cette ville est sise dans la province de la Colombie-Britannique au Canada et borde l'océan Pacifique.

Le programme des Jeux de Vancouver 2010 comprend sept sports, 15 disciplines et 86 épreuves. Seule



l'épreuve du ski cross, classée dans la discipline du ski acrobatique, est nouvelle. Le ski cross promet d'être captivant du fait de la rapidité des compétitions et des départs groupés.

5'500 athlètes et officiels d'équipes de 80 pays participent à la manifestation. Les Jeux se déroulent sur neuf sites de compétitions. La grande particularité est que tous ces sites seront réutilisés après les Jeux et sont prévus pour laisser un héritage durable aux populations locales.

Quatre sites sont situés à Vancouver même, un à Richmond (municipalité voisine), un à Cypress Mountain (montagne à proximité de Vancouver) tandis que trois se trouvent à Whistler, à plus de 100 km de Vancouver.

Les cérémonies d'ouverture et de clôture sont les principales célébrations autour des Jeux Olympiques. Elles offrent une visibilité exceptionnelle aux villes hôtes qui peuvent à cette occasion axer leur communication sur une thématique de leur choix. Cette année, l'accent est mis sur la diversité canadienne, qu'elle soit linguistique ou culturelle ; les autochtones notamment sont mis en avant.

L'emblème des Jeux

Dénoté « Ilanaaq », l'emblème des JO de Vancouver 2010 est inspiré des inuksuit, sculptures de pierres des Inuits. L'équilibre de ces constructions est assuré par assemblage de plusieurs pierres qui reposent les unes sur les autres. Cette symbolique est ainsi transposée aux Jeux, qui se veulent être un travail d'équipe. Les inuksuit rappellent des silhouettes humaines et servaient autrefois de repères géographiques aux voyageurs. Aujourd'hui, ils constituent des symboles d'amitié, d'espoir et d'hospitalité. Chaque couleur de l'emblème a été pensée : bleu pour le ciel, l'océan et les montagnes côtières, vert pour les forêts, rouge pour la feuille d'érable du drapeau canadien et jaune pour les levers de soleil. Les multiples facettes du Canada sont ainsi représentées. Le choix de l'emblème participe à une forme de valorisation de la culture des autochtones. C'est une manière de les associer au projet des Jeux sur le plan symbolique.



Le relais de la flamme olympique

Depuis 1964, la flamme est allumée à Olympie en Grèce. Elle est ensuite relayée par des milliers de personnes jusqu'à la vasque du stade olympique. Pour cette édition



des Jeux, le relais de la flamme à travers le Canada, commencé le 30 octobre 2009, s'achèvera le 12 février 2010 avec la cérémonie d'ouverture des Jeux.

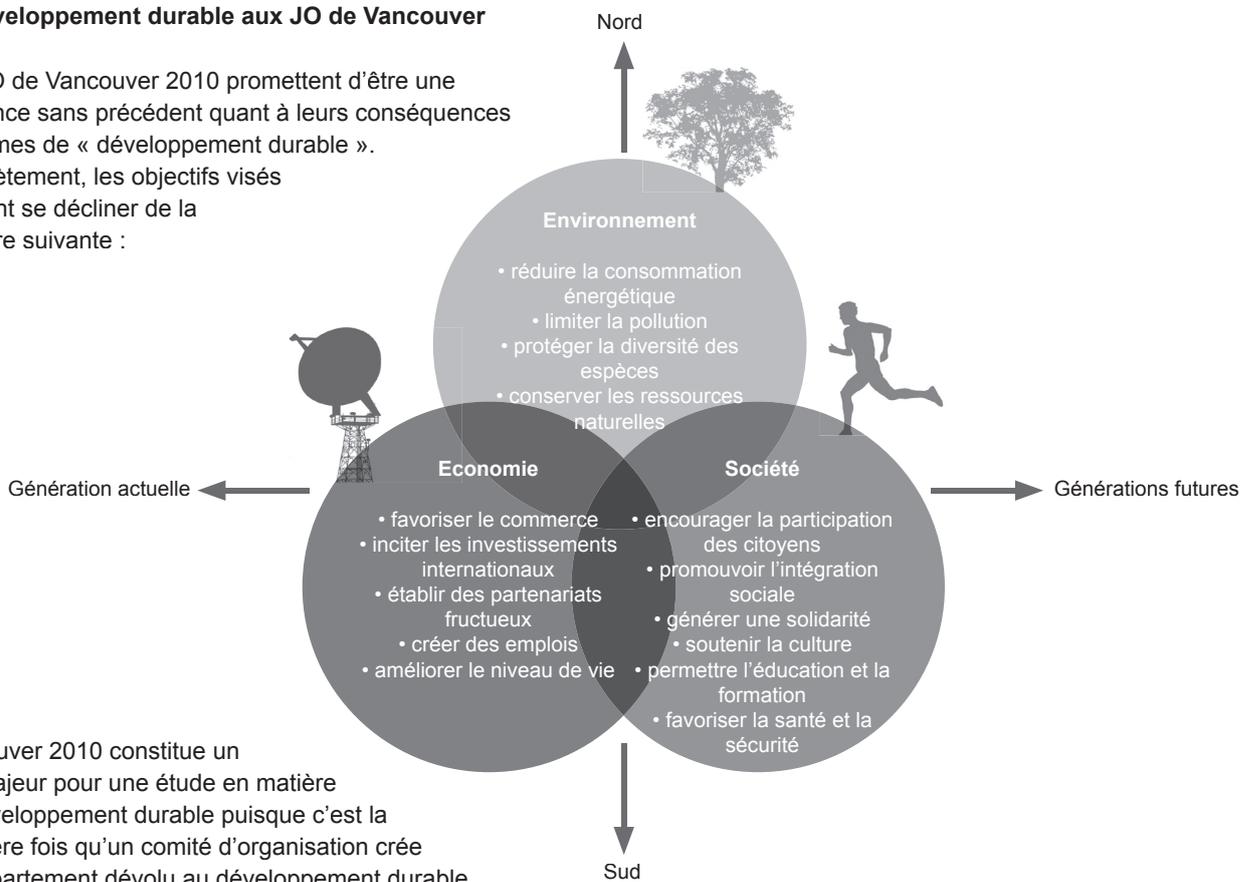
Hormis le point de départ situé à Olympie, tout le reste du parcours se déroule au Canada. Il s'agit du plus long relais effectué dans un pays hôte durant les Jeux d'hiver. Durant ces mois, 12'000 personnes porteront la flamme dans 1'020 communautés à travers un parcours terrestre, maritime et aérien de plus de 45'000 km. Ainsi, plus de 90% des Canadiens auront l'occasion de voir la flamme, symbole fort de paix, de fraternité et d'amitié.

Le thème du relais, « Une traînée d'aurores boréales », fait référence à la flamme se frayant un chemin à travers tout le Canada pour éclairer la route qui conduit à Vancouver. Le relais met en évidence de multiples communautés. La flamme passe par exemple à Alert, dans la province du Nunavut, lieu habité le plus au nord du monde. Elle traverse aussi Old Crow, non desservie par la route. Ce serait le territoire des plus anciens peuples d'Amérique du Nord !

Le développement durable aux JO de Vancouver

Les JO de Vancouver 2010 promettent d'être une référence sans précédent quant à leurs conséquences en termes de « développement durable ».

Concrètement, les objectifs visés peuvent se décliner de la manière suivante :



Vancouver 2010 constitue un cas majeur pour une étude en matière de développement durable puisque c'est la première fois qu'un comité d'organisation crée un département dévolu au développement durable.



Les Jeux de Vancouver en classe

Actuellement à la mode, le développement durable est une notion couramment utilisée, sans être toujours bien comprise. Abordée ici sous un angle original - les Jeux Olympiques - l'occasion est donnée à l'enseignant de travailler ce concept de manière approfondie et illustrée à travers des études de cas. On ne voit bien souvent que la pointe de l'iceberg : les deux semaines de compétitions. Or, plusieurs années sont nécessaires à la préparation des Jeux depuis l'annonce de la ville hôte jusqu'à leur déroulement effectif. De plus, leurs impacts sont considérables nombre d'années après leur



tenue. Les pistes à suivre en matière de développement durable sont donc nombreuses. Aborder cette notion en s'appuyant sur les Jeux est une manière d'enquêter sur les coulisses de cet événement et de comprendre les implications concrètes du développement durable. Milieux urbains, paysages, économie, vie des habitants sont touchés par les Jeux. Les liens à faire avec les branches enseignées en classe sont multiples. Que ce soit en géographie, en connaissance de l'environnement, en économie, en éducation physique, les JO de Vancouver constituent une étude de cas concrète et originale qui permet de traiter, à travers leurs impacts, les populations autochtones, l'empreinte des sites sur l'environnement, le secteur du travail, l'organisation de manifestations ou les pratiques sportives durables.

Quelques suggestions et thèmes de réflexion

Les transports. Pour accueillir les milliers d'individus, il y a beaucoup à faire avant les Jeux : aménagement de sites, construction ou amélioration d'installations, création de logements, notamment pour les athlètes et

officiels. Ces activités génèrent moult déplacements afin d'amener les matériaux nécessaires à la construction. Autre occasion de déplacements : pour participer ou assister aux Jeux à proprement parler, athlètes, officiels, journalistes et spectateurs doivent pouvoir se rendre sur place. Qu'il s'agisse de trajets à l'intérieur même du Canada, d'un site à un autre, de voyages internationaux, les déplacements occasionnés par ces milliers de personnes génèrent des émissions de CO₂ et les conséquences pour l'environnement sont lourdes. Dans une perspective de développement durable, il est donc tout particulièrement important de se pencher sur les transports et de mettre en place des solutions adaptées pour acheminer toutes ces personnes à destination, afin de minimiser les répercussions écologiques.

Discuter avec les élèves de leurs modes de locomotion, des Jeux de Vancouver neutres en carbone, des transports publics et des déplacements sur les sites, des bus à hydrogène, des émissions de CO₂, des pollutions engendrées par les avions...

Les sites. Emplacement des bâtiments, matériaux de construction, tracés des pistes, autant d'éléments qui n'échappent pas à la logique de développement durable liée aux JO. Chaque site est conçu selon une imbrication de plusieurs critères intrinsèques au développement durable. Une manière de faire prendre conscience aux élèves que le cumul d'actions simples a souvent de grandes conséquences.

Discuter avec les élèves de l'anneau olympique de Richmond, du choix écologique de ce site, de la récolte et de l'utilisation des eaux de pluie du toit, de la chaleur résiduelle produite par la fabrication de glace et de son exploitation, du toit construit avec du bois endommagé et infesté, de la réaffectation du site après les Jeux...

Discuter également de la rénovation des sites des épreuves de ski (Whistler Creekside ou Cypress Mountain), de la préservation des arbres et de la protection de la végétation, du déplacement et du sauvetage des grenouilles-à-queue, espèce protégée en voie de disparition, de la sauvegarde de plantes rares, de l'enneigement artificiel et de l'utilisation postérieure aux Jeux de ces espaces naturels.

Les premières nations. On ne peut parler de développement durable sans inclure la dimension sociale. Les Jeux de Vancouver accordent une

importance toute particulière à l'intégration des autochtones (Tsilil-Waututh, Lil'wat, Musqueam, Squamish). À travers cette expérience, l'enseignant peut traiter des effets de l'inclusion sociale sur la réussite d'un événement et sur l'épanouissement des communautés. Les Premières Nations, au nombre de 630, résident en Amérique du Nord depuis environ 30'000 ans. Aujourd'hui, elles disposent de 2'500 réserves qui constituent moins de 1% de la superficie du Canada.

Discuter avec les élèves du programme d'intégration durable mis en place pour les JO de Vancouver : occasion de formation professionnelle et de perfectionnement, garantie de débouchés économiques, sociaux et culturels durables, mise en valeur des cultures et traditions des premières nations, création d'un héritage sportif durable pour les jeunes. Parler des mâts totémiques, des masques, des symboles représentés sur les canoës, tambours ou vêtements de cérémonie...

La mise en place d'un projet de classe ou d'établissement

Art recyclé. Créer une œuvre d'art collective et inspirée du sport en n'utilisant que des matériaux de récupération (collaboration avec un artiste local, choix judicieux des matériaux, exposition de l'œuvre).

Sport revisité. Repenser un sport afin qu'il respecte les critères du développement durable. Définir le matériel nécessaire, proposer des endroits où ce sport pourrait être pratiqué, établir des règles.

Manifestation sportive. Organiser une manifestation sportive qui s'inscrit dans une démarche de développement durable. Prévoir le type de participation, les services nécessaires et le lieu de l'événement.

Kermesse locale. Organiser une exposition ou un lieu de rencontre permettant de présenter des réalisations liées d'une manière ou d'une autre à la notion de développement durable : dossiers, dessins, photos, objets, etc.

Vancouver 2010 au Musée Olympique

Après le parvis où l'on découvre un superbe mât totémique, l'exposition, répartie sur trois étages, s'articule autour des thématiques suivantes :

Les icônes des Jeux. Présentation de l'univers graphique des JO : l'emblème, les pictogrammes, la torche, les mascottes et les médailles.

Le relais de la flamme. Parcours à travers les dix provinces et les trois territoires du Canada avec arrêts sur les sites phares du relais de la flamme.

Les sites olympiques. Découverte, sous l'angle du développement durable, des différents sites de compétitions.

Traditions vivantes. Oeuvres contemporaines inspirées des arts traditionnels des Premières Nations.



Plusieurs formules permettent de découvrir l'exposition Vancouver 2010 avec une classe :

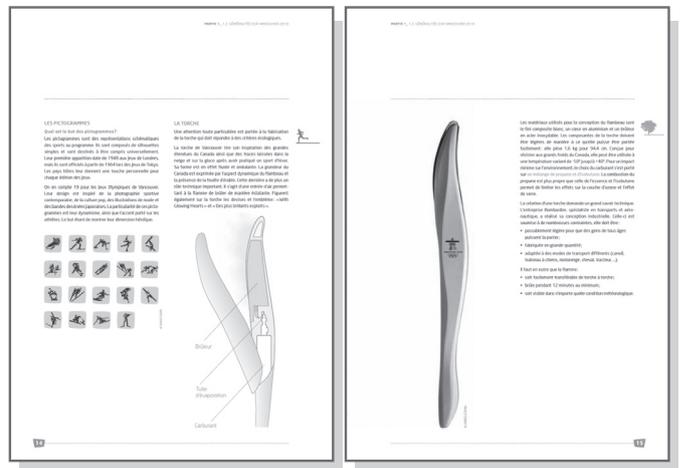
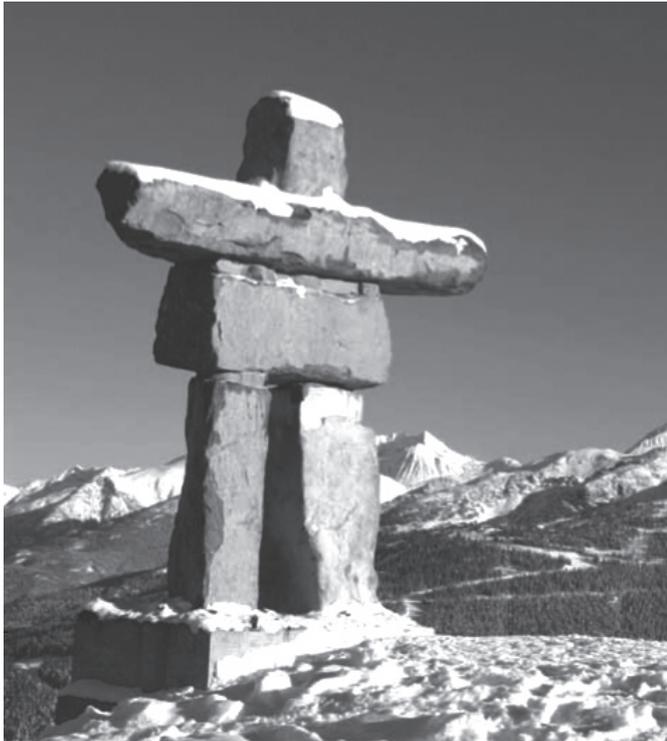
« **Jeux durables, défis olympiques !** » Une visite guidée avec un atelier est proposée aux écoles (élèves de 6 à 16 ans). L'atelier porte sur des exemples de jeux traditionnels et de leurs alter-ego commerciaux, les élèves s'interrogent sur les diverses dimensions du développement durable. Ils expérimentent ensuite certains des procédés mis en œuvre dans le cadre de Vancouver 2010.

Un atelier mêlant Jeux Olympiques et sciences pour comprendre comment un bois infesté peut être avantageusement recyclé ou comment se chauffer en faisant de la glace !

Vancouver 2010 : Développement durable et traditions vivantes (suite et fin)

Deux variantes de cet atelier sont proposées : une version 6-11 ans et une version 12-16 ans. Cette dernière est complétée par la dimension sociale du développement durable.

Il est également possible de visiter librement l'exposition avec sa classe. Dans cette perspective, il est vivement recommandé de préparer cette visite en exploitant préalablement en classe le dossier pédagogique réalisé par le Musée Olympique. Ce document, par ailleurs téléchargeable, suggère un parcours pas à pas dans l'exposition. Il fournit à l'enseignant les outils nécessaires pour découvrir l'exposition de façon indépendante, soit des informations sur la scénographie, des focus sur quelques éléments-clés des zones traversées, des suggestions de questions pour les élèves. L'enseignant peut ainsi s'orienter facilement dans l'espace et travailler efficacement avec ses élèves.



Informations générales

Dossier pédagogique

Ce document, très complet, publié par le CIO / Musée Olympique constitue une aide précieuse pour traiter le sujet. La plupart des textes de cet article sont des extraits de ce dossier.

Auteure : Théodora Delacrétaz, Service Educatif Culturel du Musée Olympique
 Cheffe de projet : Anne Chevalley, Service Educatif et Culturel du Musée Olympique
 Validation pédagogique : Sylvie Delisle, Etablissement primaire de la Sallaz

Le dossier pédagogique peut être acheté pour une somme modique auprès du Musée Olympique. Il peut également être téléchargé sans frais à l'adresse <http://www.olympic.org/fr/> → Le Musée olympique/Actualités/Vancouver2010 - Pour les écoles.

Visite du musée

Quelle que soit la formule utilisée pour visiter l'exposition, il convient d'annoncer la visite de la classe au moins deux semaines à l'avance : 021 621 67 27 ou edu.museum@olympic.org

Musée Olympique

Quai d'Ouchy 1, Case postale, 1001 Lausanne : Tél. 021 621 65 11, Fax 021 621 65 12



L'animation pédagogique

Courir longtemps - acquérir de l'endurance (2^e partie)

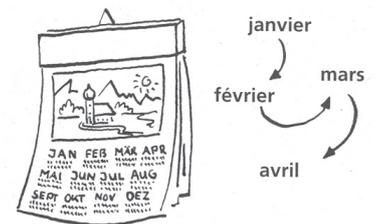
Jean Aellen

SEPS

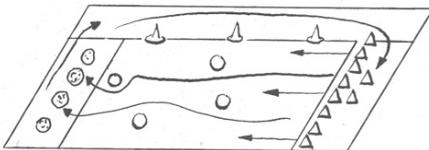
Les objectifs de l'éducation physique et sportive préconisent que les enfants de 6 à 10 ans devraient être capables de courir le nombre d'années de leur âge en minutes sans interruption. Il convient ainsi d'offrir aux enfants de fréquentes occasions de participer à des formes ludiques de courses d'endurance. Les fiches didactiques EPS publiées par le SEPS proposent de nombreuses activités de course à l'enseigne de « Courir longtemps » et « Acquérir de l'endurance ». Le présent article (2^e partie) met en évidence quelques jeux et variantes extraits des Manuels d'éducation physique N^{os} 3 et 4, brochure 4.

Jeux de poursuites

- Un enfant est chasseur, ceux qui sont touchés deviennent aussi chasseurs. Quels seront les 3 enfants qui seront attrapés en dernier ?
- Chasse aux mois : les enfants nés au mois de janvier chassent les « févriers », ces derniers chassent les « mars », etc.
- Poursuite à trois : les élèves se mettent par groupe de trois. Ils prennent chacun un numéro de 1 à 3. D'abord 1 doit attraper 2, puis 2 doit attraper 3, etc. Un élève du groupe est toujours au repos. Après 20 secondes, l'enseignant interrompt la chasse. Changement de rôle.
- Poursuite par couples : la moitié de la classe se met par couples. Les deux partenaires se tiennent par la main. Ils essaient de capturer un élève de l'autre moitié de la classe. L'élève capturé change de place avec le chasseur qui l'a touché. Le nombre de chasseurs ne change donc pas.
- Poursuite par groupes : la classe est divisée en quatre. Chaque groupe est chasseur durant une minute. Les chasseurs comptent le nombre de touches effectuées pendant cette minute. A la fin, on regarde quel groupe a eu le maximum de touches.



Contrebandiers



4-5 groupes. Des gardes se trouvent dans la zone centrale. Tous les contrebandiers essaient d'aller chercher un objet (sautoirs, etc.) dans le camp adverse et tentent de le ramener dans le repaire de leur groupe sans se faire toucher par les gardes. Ceux qui sont touchés doivent rendre l'objet qu'ils ont pris et recommencer depuis le début.

Chercher des lettres et former des mots, chercher des chiffres et les additionner, etc.

Organisation : prévoir des voies de retour à l'extérieur de la surface de jeu.

Course-puzzle

Les pièces d'un puzzle (ou de domino) jonchent le sol au bout d'une piste de course. Les enfants courent par paires et vont chercher chacun une pièce du puzzle (puzzle facile d'environ 30 pièces). Quelle équipe sera-t-elle la première à avoir reconstitué le puzzle ?

Organisation : dans le cadre d'activités créatrices en classe, fabriquer un puzzle ou un jeu de dominos (p.ex. avec des photos, des dessins, des paysages...).





Volleyball : ça bouge dans les écoles !

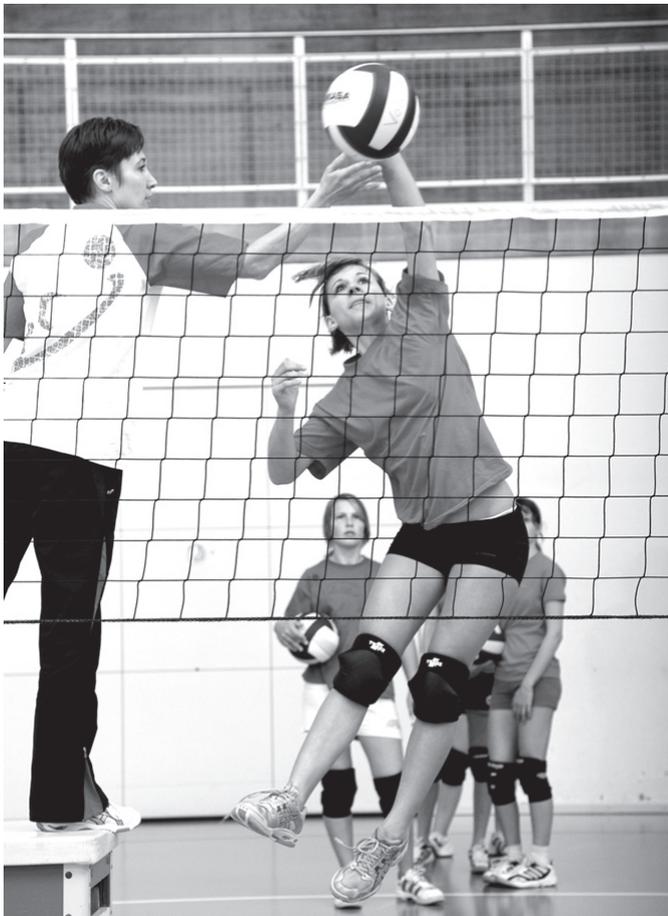
Florian Etter

SEPS

Les jeunes ne bougent pas assez, tel est le constat de différentes études dont les médias se font quotidiennement l'écho. Swiss Volley - l'organe fédérateur du volleyball dans notre pays - contribue à améliorer la situation en proposant le projet « login school volley ». Cette action vise à promouvoir le volleyball auprès des enseignants notamment en mettant à disposition un support de cours. Voici une brève présentation de ce projet à travers quatre questions posées à M. Christian Bigler, directeur de Swiss Volley et initiateur du projet.

Qu'est-ce que ce nouveau projet ?

Christian Bigler : « login school volley » s'articule en deux parties : d'une part, offrir aux écoles (degrés 6 à 9) deux leçons d'introduction au volleyball, dispensées par



des « coaches école » et d'autre part, proposer un support de cours sous la forme d'une brochure comprenant des exemples de leçons préparées, des exercices complémentaires, des tests, des propositions de tournois et des modèles à photocopier. En ce qui concerne l'offre de leçons dans le canton de Vaud, celles-ci devraient avoir lieu lors des activités du sport scolaire facultatif.

Quel est le but de « login school volley » ?

Christian Bigler : Swiss Volley souhaite amener encore plus de jeunes à faire du sport et à pratiquer le volleyball. De plus, nous souhaitons aider les enseignants qui ne connaissent pas bien la discipline à proposer des leçons de volleyball attrayantes.

Pourquoi le volleyball ?

Christian Bigler : Le volleyball est un sport fair-play, intelligent et dynamique, il mérite bien que l'on fasse quelque chose pour le promouvoir dans les écoles. De plus, le volleyball se prête particulièrement bien à l'enseignement sportif dans le cadre scolaire. C'est un sport adapté aux garçons comme aux filles, qui peut se jouer toute l'année en salle comme à l'extérieur. Autre atout, on y joue dans toute la Suisse ; chaque village d'une certaine taille a son club, chaque piscine publique ou presque dispose d'un terrain. Enfin, l'investissement financier requis est très modeste.

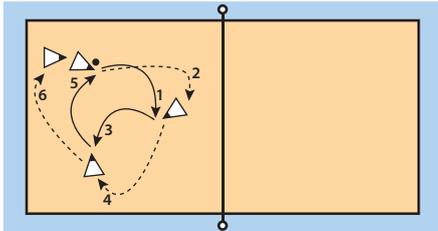
Quel est le coût de ces actions ?

Christian Bigler : Grâce à l'accord conclu avec divers partenaires, l'offre est totalement gratuite.

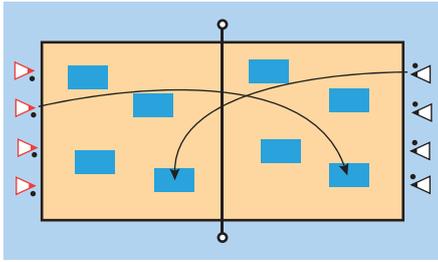
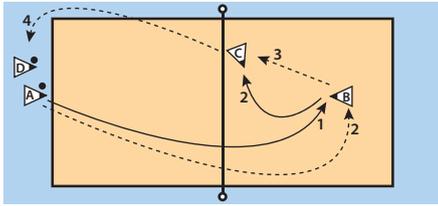
Vous trouverez des informations sur le site www.loginschoolvolley.ch ou sur le site « Ressources pédagogiques » du SEPS. Puisse le projet « login school volley » encourager un grand nombre d'élèves à faire du sport et - pourquoi pas ? - à adhérer à un club de volleyball, où ils pourront être à la fois poussés et encouragés ou simplement prendre du plaisir dans un esprit de camaraderie.

Serge Branche, ancien joueur de LNB (LUC) et 1LN (Yverdon et Cossonay), aide-entraîneur de l'équipe nationale cadette et junior, expert J+S, formateur d'entraîneurs, est responsable de l'action « login school volley » pour le canton de Vaud. Il est à disposition pour tout renseignement complémentaire à l'adresse s.branche@bluewin.ch.

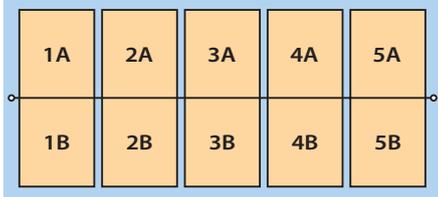
Thème n° 4: service, réception, passe

Thème / action	Illustrations	Remarques
<p>5-10 min.</p> <p>Exercices de réaction avec ballon (à 2)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. A se tient derrière B et fait rouler le ballon entre les jambes écartées de B (ou le lance par-dessus B). B s'élançe et stoppe le ballon le plus vite possible. Inversion des rôles après 3 séquences. 2. Variantes: B est couché sur le ventre, assis en tailleur, ... <p>Le triangle (4 élèves) DVD</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les joueurs se disposent en triangle → 2 élèves à un sommet (= point de départ) • Jouer le ballon en continu en passe haute ou en manchette d'un sommet à l'autre • Le joueur suit son ballon vers sa cible <p>Important: Orienter les pieds, les hanches et les épaules vers la cible et jouer le ballon de manière frontale.</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Le but est que le ballon soit difficile, mais pas impossible à rattraper • Variante simple: rattraper le ballon → lancer le ballon → passe au sommet suivant • Variante simple: toujours 2 touches de balle

Echauffement et mise en train

<p>15 min.</p> <p>«Bataille des services»</p> <ul style="list-style-type: none"> • Répartir 3-4 tapis de gymnastique dans chaque camp • Répartir les élèves en deux groupes égaux et les placer derrière la ligne de fond • Au signal: services dans le camp adverse et comptage individuel des points: <ul style="list-style-type: none"> - service sur un tapis = 3 points - service dans le terrain = 1 point - service manqué (filet, out, plafond) = -1 point • A la fin, additionner les points pour chaque équipe <p>Jeu «service-réception» (équipes de 4)</p> <ul style="list-style-type: none"> • A derrière la ligne de fond au service, B dans le camp adverse à la réception, C au filet, D derrière A comme réserve au service • A sert sur B et court le remplacer. B fait une réception haute sur C au filet et court le remplacer. C rattrape le ballon et va se placer derrière D au service. Et ainsi de suite. 	 	<ul style="list-style-type: none"> • Variante simple: lancer le ballon au lieu de faire un service
---	---	---

Apprentissage et exercice de la technique

<p>20 min.</p> <p>Tournoi par tirage au sort (équipes de 3)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Durée des matches: 3 minutes • Désigner les terrains, p. ex. 1A, 1B, 2A, 2B, etc. • La composition des équipes reste toujours la même • Avant chaque match, le capitaine tire un nouveau terrain au sort au moyen de cartes → nouveaux appariements • A la fin de chaque match, saisir le score de l'équipe sur la feuille de résultats 		<ul style="list-style-type: none"> • Toujours laisser le ballon sur le terrain lors des changements de camp • Feuille de résultats, voir p. 28 • Pour d'autres formes de jeu, voir p. 18
---	--	---

Application et jeu

- 1 ballon de volleyball par élève
- Filet en longueur
- 12 tapis de gymnastique

- Cartes avec la désignation des terrains
- Feuille de résultats

Matériel



Le rêve de la Grande Bleue pour les élèves d'Yvonand « Batodado », un camp extraordinaire !

Guyène Spaggiari

MEP, skipper, cheffe de camp

Ils ont rêvé, organisé, travaillé durant plusieurs mois pour vivre un camp de sport extraordinaire : 21 élèves de 8^e année ont navigué en escadre sur 5 voiliers de 9,50 m sur les eaux bleues de la Méditerranée. Le présent article apporte quelques éclairages sur ce projet conduit dans l'établissement scolaire d'Yvonand.

Faire découvrir le bonheur de naviguer à la voile en équipage à mes élèves, tel était le rêve que je chérissais depuis plus de vingt ans. Deux ans de discussions et d'organisation ont été nécessaires pour que je présente le projet aux élèves et à leurs parents. Il fut accueilli avec enthousiasme. Un grand merci à MM. Ulmann, directeur de l'établissement et Botfield, conseiller pédagogique, qui ont facilité et autorisé l'organisation de ce projet.

Afin de rendre ce camp de voile accessible à tous et que les parents ne paient pas plus que pour un camp de ski, il était indispensable que nous gagnions le reste du budget nous-mêmes. Solidarité et esprit d'équipe ne furent pas de vains mots. Organisés dès le début de l'année en équipages, les jeunes se sont investis

Et nous voilà, après dix mois de préparation et huit heures de bus sur les pontons du port de St Raphaël, à transporter nos sacs et tout l'avitaillement (nourriture, boissons...) sur ce qui sera notre maison flottante et notre moyen de locomotion durant une semaine : cinq Océanis 311. Chaque équipage est constitué de quatre ou cinq



dans des travaux personnels ou d'équipage voire dans des actions que j'avais organisées en collaboration avec les parents. Un climat de confiance et de liens amicaux se sont vite créés. Une fois le financement assuré, nous avons pu penser à la croisière : établir la liste des menus, préparer le sac du marin, apprendre quelques nœuds lors d'une rencontre avec les seconds et les skippers.



adolescents, d'un second et d'un skipper. Quel grand moment d'émotion que de voir ce premier soir tous les jeunes aux fourneaux, en train de concocter un émincé au curry, puis de faire la vaisselle à la lampe de poche accroupis sur les pontons et d'entendre leurs rires !

Dès le premier jour, de belles conditions de vent et une mer formée donnent aux élèves un aperçu des exigences de la navigation et quelques-uns se font cueillir par le mal de mer. Ce sera la seule fois. Les ados sont épatants d'adaptation à la taille restreinte de notre lieu de vie, à la cohabitation très proche avec les copains, le second et le skipper. On découvre les autres sans fioriture.

Wayne : « Ce camp de voile s'est avéré une expérience enrichissante : vivre en communauté sur un voilier, gérer notre quotidien (cuisine, nettoyage, navigation). Entourés d'accompagnants motivés et dynamiques, nous avons

appris les différentes manœuvres pour barrer un voilier, l'amarrer, hisser les voiles. Nous avons vécu une aventure hors du commun et surtout appris à nous connaître. Les endroits visités, Port Cros, Porquerolles, St Tropez... sont des endroits magnifiques et le soleil était au rendez-vous. Nous gardons un souvenir très positif et avons encore en mémoire nos fous-rires. »

Nos navigations nous emmènent également dans des baies magnifiques où nous jetons l'ancre. Le sentier aquatique de Port Cros, David et Bastien à la guitare, la douche-mer à l'arrière du bateau, le goéland qui mange dans la main, les glaces multicolores, les régates entre nous, les baignades, chants de mer, concours sont des moments magiques.

De retour à St Raphaël, les grands nettoyages sont faits dans un désordre organisé et joyeux. Soirée pizza pour fêter notre fabuleuse semaine suivie d'une « nuit » sous les étoiles dans les cockpits.

Les jeunes ont participé à tout ! De plus, ils se sont adaptés aux conditions de vent et de mer, ont appris la patience et les changements de rythme : être efficaces et coordonnés dans les manœuvres puis avoir le temps de « buller », de rêver ou de faire la sieste quand le bateau taillait la route. J'ai vu des jeunes solidaires et volontaires, dignes de confiance et heureux. Un énorme merci à eux et à l'équipe des seconds et skippers qui ont permis l'excellente marche de ce camp et la belle ambiance vécue.

Nora : « J'ai réussi à surmonter ma peur de l'eau grâce à une expérience que je ne suis pas prête d'oublier. »

Méryl : « On a appris à mieux nous connaître et à créer des liens très forts. On a passé des moments inoubliables ».

Marie : « J'ai appris la vie commune avec des amis et c'est pas toujours facile de se débrouiller toute seule et de prendre des initiatives. »



Maëlle : « Grâce à ce camp nous avons appris énormément de choses et vécu des moments inoubliables. »

Fiona : « Ça a été une super expérience avec plein de bons souvenirs. »

Régine : « Je repartirais volontiers ! »





Un dossier didactique de la HEP du Valais Sur le chemin du trappeur...

N. Nanchen, G. Schroeter et S. Fierz

EPS, Connaissance de l'environnement, HEP VS

Ce présent article est issu d'un dossier pluridisciplinaire exploité notamment dans le cadre de l'animation pédagogique. Constitué de fiches, il apporte quelques idées d'activités combinant l'utilisation de raquettes à neige et la connaissance de l'environnement. Téléchargeable sur le site de la HEP VS (<http://www.hepvs.ch/> > animation pédagogique - Education physique), ce dossier est complété par des informations relatives à la sécurité, à la connaissance des conifères et des empreintes d'animaux. Rappelons que le Guide des Mesures de Sécurité VD donne un cadre aux activités de randonnées hivernales telles que la raquette à neige, la marche ou le ski de fond. Voici quelques extraits de ce dossier pédagogique attractif.

Bon pied, bon œil !

Avant chaque course, il est important de pouvoir compter sur un matériel adéquat (tenue d'hiver) ainsi que sur une paire de raquettes solidement maintenues aux pieds. Chaque participant connaît le fonctionnement des raquettes (position marche ou arrêt, cales...).

Chacun est prêt à ouvrir ses yeux, à être curieux et à participer à l'activité pour découvrir la nature environnante. Tout est prêt pour le départ ! Il n'y a plus qu'à suivre le chemin balisé. Attention quand même à ne pas partir trop vite. Un effort progressif est toujours plus judicieux : « D'un pas modéré, la sortie peut durer ! » (la plupart des activités peuvent aussi se faire à pied).

1, 2, 3... Flocon !

Par groupe de 6, former une ronde d'échauffement, chacun propose un exercice à effectuer en se tenant les mains (marcher, s'accroupir, lever une jambe, se tenir en équilibre...). Chaque groupe termine son exercice debout

en disant « 1, 2, 3...flocon ! » : se lâcher les mains et se laisser tomber en arrière : quel groupe dessine le flocon le plus original, biscornu, débranché, allongé... mais toujours à 6 branches ?



(Référence : manuel EP 3, brochure 6, page 20)

Détective de flocons

Prendre sur son gant (pour ne pas les faire fondre...) quelques flocons de poudreuse. Observer attentivement (à la loupe ou à l'œil nu) afin d'en trouver deux semblables. Comparer... Théoriquement, il n'y a pas deux cristaux de neige semblables qui tombent sur la surface de la terre.

- Pouvons-nous faire mentir cette affirmation ?
- Est-ce possible que chaque flocon soit différent ?
- Combien de branches ont les flocons ?

(Référence : revue La Salamandre No 165, Voyage dans les étoiles, pages 28 et 29)

Sur la piste des enfants-lièvres

Dans un périmètre délimité, par deux : un enfant laisse ses traces dans la neige et va se cacher derrière un arbre.



L'autre suit sa trace et essaie de le découvrir. Attention : on peut marcher en arrière, de côté, faire des bonds de côté, ... comme le lièvre !

Qui peut mimer la démarche du lièvre, du chamois, de l'hermine, du renard, du chocard ou de l'écureuil ?

Laisser une trace sous forme de lettre, de dessin dans la neige ; l'autre doit essayer de deviner ce que représente la trace ! Réaliser une fresque naturelle avec les objets trouvés sur place, au sol.

(Référence : manuel EP 2, brochure 6, page 11)

A la trace !

Délimiter un périmètre et y rechercher des traces d'animaux. Amener les enfants à s'interroger et à observer leur environnement :

- Quel type de traces l'animal a-t-il laissé ? Empreintes de pattes, restes de nourriture (cônes rongés), fientes ou crottes, marques sur les troncs...
- Si traces de pattes : comment l'animal marchait-il ? Pieds joints, quelle taille ? Pas alternés, avec quel écart ? A quelle allure (marche, saut, course) ? D'où vient-il et où va-t-il ? Quel animal ?



- Si crottes : de quoi s'est-il nourri ? Voit-on des restes de ce qu'il a mangé ? De quoi se nourrit-il ?

(Références : Revue La Salamandre N°135, Le grand livre blanc, pages 20 à 43 + Dossier empreintes/HEP VS)

Mini-olympiades d'hiver

- Poste 1 : jonglage avec 2 ou 3 boules de neige
- Poste 2 : chiens de traîneaux : deux enfants tirent leur « luge » assis sur un sac en plastique
- Poste 3 : lancer de précision : contre un arbre, dans un sac...
- Poste 4 : transport de pives (une à une)
- Poste 5 : réaliser une statue originale pour l'ouverture des jeux
- Poste 6 : former un cercle serré, effectuer ¼ de tour et s'asseoir sur les genoux du copain : quel groupe tient le plus longtemps ?

Qui peut inventer de nouveaux postes ? Testons-les !

(Référence : Manuel EP 3, brochure 6, page 21)

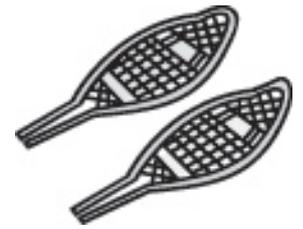
Comment évolue la neige avec le temps ?

Creuser une tranchée dans la neige, si possible jusqu'au sol et repérer les couches les plus résistantes. Comparer la dureté des couches en essayant d'y enfoncer un poing, un doigt ou la pointe d'un crayon...

Forum : Comment évoluent les flocons qui tombent du ciel ? Faire des hypothèses après observation.

- Se compacter (se casser, s'emboîter, s'imbriquer) pour faire une couche solide ;

- Fondre et regeler ;
- Au fond de la couche de neige, se chauffer au contact du sol, s'évaporer et recristalliser sous forme de gros cristaux ;
- En surface, à l'ombre, former de grands cristaux de givre (chaque flocon grandit en capturant et solidifiant l'humidité de l'air).



(Référence : Revue La Salamandre N° 165, Voyage dans les étoiles, pages 30 et 31)

Bonhomme hiver

Chaque groupe construit un bonhomme de neige avec des accessoires tirés du sac ou trouvés alentour. Délimiter une ligne de tir. Qui réussit à faire disparaître son bonhomme hiver et laisse venir le printemps ?

(Référence : Manuel EP 3 brochure 6, page 20)



Toboggan

Construire un toboggan à rebords afin de pouvoir faire glisser des bouteilles en PET (gourdes), des bouchons, des pives, soi-même...

Avec deux toboggans en parallèle, quelle bouteille descend le plus rapidement ? Quel est le rôle du lest, de la surface de glisse, de la rugosité de l'objet ?

(Référence : Manuel EP 2, brochure 6, page 11)



Un projet d'établissement :

La marche de la Dent de Vaullion

Carole Du Bois et Cédric André

MEP et enseignant, Le Sentier - La Vallée de Joux

Le 4 Juin 2009 avait lieu la sortie de marche annuelle du Collège du Sentier. Après le mythique Mont Tendre vaincu en 2008, les élèves se sont attaqués avec enthousiasme à la vertigineuse Dent de Vaullion, symbole vivant de la Vallée de Joux.

Rendez-vous était donné à la gare du Pont. Le départ des 350 élèves a été méthodiquement fractionné en groupes d'âge pour éviter que les bucoliques sentiers ne soient transformés en périphérique parisien. Les « youkaïdi » d'un jour ont gravi sans même rechigner un délicieux chemin herbeux protégé des ardeurs du soleil par un couvert végétal généreux.

Une heure plus tard, le sommet était en vue, dévoilant un panorama circulaire, à chaque pas plus somptueux. Mont Tendre, lac Léman, Alpes, lac de Neuchâtel,

Suchet, Aiguilles de Baulmes, Chasseron, Mont d'Or, accrochaient tour à tour le regard qui plongeait ensuite sur le lac de Joux s'étirant paresseusement à nos pieds.

Mis en appétit par cette marche menée bon train, les élèves ont apprécié le pique-nique organisé devant le chalet du Club Alpin de Vallorbe.

Irrésistiblement attirés par la gravité et les sirènes du lac, les collégiens combiers ont profité sur le chemin du retour d'angles de vue inédits sur leur cadre de vie.



3e Championnat d'Europe féminin des M17 ans de l'UEFA

Stade de Colovray, 22 - 26 juin 2010

Suite au succès rencontré en 2009 avec l'organisation à Nyon du tour final du championnat d'Europe féminin M17 ans, l'UEFA annonce que la prochaine édition se déroulera à Nyon du 22 au 26 juin 2010. L'action proposée aux écoles en 2009 permettant de visiter l'UEFA, de participer à des ateliers techniques et d'assister à un match de football, sera vraisemblablement reconduite le mardi 22 juin 2010.



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 et les inscriptions sont à adresser à :
HEPL-VD, Av. de Cour 33, 1014 Lausanne
Tél. 021 316 95 70 - Fax 021 316 24 21 - www.hepl.ch

ASEP Informations détaillées auprès du secrétariat de l'ASEP, Baslerstrasse 74, 4600 Olten
Tél. 062 205 60 17 - Fax 062 205 60 11 - www.svss.ch

1510	Salsa - Salsa Hip-Hop Découvrez une nouvelle manière particulièrement entraînante de faire danser vos élèves seuls ou en couple. Grâce à l'enseignement des deux directrices de cours particulièrement dynamiques, laissez-vous emporter par les rythmes endiablés de cette musique et utilisez leurs nouvelles idées pour animer vos leçons en musique !	20.03.10	Yverdon Sandrine Bardet
1710	Dance360 - mix up the dance ! (pour tous les niveaux) Etes-vous à la recherche de nouvelles danses pour le prochain semestre ? Vous tombez pile ! Cécile Kramer vous propose des formes de danse adaptées à l'école. Laissez-vous surprendre ! «Do the Hip-Hop», «shake the jazz» and «feel the beat» ! Ce cours comprend le thème transversal qeps.ch (www.qeps.ch). Module de perfectionnement J+S	24.04.10	Neuchâtel Cécile Kramer
1810	Les écoles de cirque - apports pédagogiques, sociaux et interculturels Echanges d'expériences et démonstrations pratiques de numéros et d'activités réalisables dans une école de cirque. Extensions possibles dans le cadre scolaire. Idées pour la préparation d'un spectacle scolaire de caractère interdisciplinaire.	07.05.10	Sainte-Croix Yves Bugnon

J+S Pour connaître toutes les informations et renseignements nécessaires concernant les cours Jeunesse+Sport, veuillez consulter le site de Macolin www.jeunesseetsport.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 ou auprès de J+S Vaud
Tél. 021 316 39 61/62/64 - E-mail : jsvaud@vd.ch



Sports de montagne d'hiver, Technique-Tactique-Sécurité

Collectif (2005, éditions du Club Alpin Suisse, Berne - cote biblio-SEPS : 77.64)

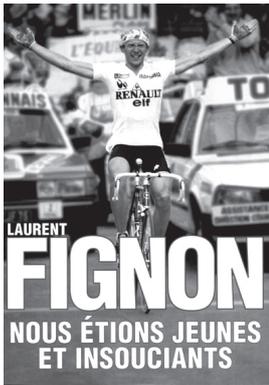


Cet ouvrage, élaboré avec la participation de toutes les associations de sports de montagne de Suisse, est complété par un deuxième manuel « Sports de montagne d'été ». Ensemble, ils forment un référentiel qui couvre tous les domaines de l'alpinisme. Les deux volumes sont destinés autant aux débutants, aux avancés qu'aux moniteurs. Ce volume, consacré aux activités hivernales, est organisé autour, entre autres, des thématiques suivantes : technique, tactique et sécurité, conseils pour les randonnées à ski, en snowboard, en raquettes ainsi que pour le freeride,

connaissance pratique des avalanches, informations concernant la météo, l'orientation, les animaux.

Nous étions jeunes et insouciants

Laurent Fignon (2009, éditions Grasset & Fasquelle, Paris - cote biblio-SEPS : 75.24)



Vainqueur du Tour de France à deux reprises, Laurent Fignon entre, à 22 ans, dans la légende du cyclisme français. Il incarne la jeunesse, la fougue, l'impertinence et rivalise avec des coureurs comme Bernard Hinault à qui il rend un vibrant hommage. Dans ce témoignage sans concessions, l'ancien champion, devenu commentateur sportif, dévoile, pour la première fois dans ce milieu si fermé, l'envers du décor : les fêtes, les filles, la camaraderie, les trahisons, les combines et, bien sûr, le dopage... Car Laurent Fignon a vécu le cyclisme à son apogée, entre les

archaïsmes d'antan et les ambiguïtés d'aujourd'hui : une époque où les cyclistes n'avaient peur de rien.

A bas l'arbitre

Bruno Derrien (2009, éditions du Rocher, Monaco - cote biblio-SEPS : 82.33)



Pressions, menaces, intimidation... En France, les arbitres sont devenus des frères ennemis qui n'échappent ni aux « liaisons dangereuses » ni aux jalousies de syndicats rivaux et de dirigeants bornés. Après un match raté lors de Bordeaux-Lyon en 2005, l'arbitre Derrien est mis sur la touche. C'est le début d'un long cauchemar. Dans cet ouvrage, il relate toutes les tensions et pressions vécues sur le terrain : chantages minables, menaces officielles ou officieuses, intimidation permanente. Une plongée dans les coulisses, parfois nauséabondes, du football ! L'arbitre, le passionné au cœur

blessé, adepte mesuré de la vidéo, distribue cartons jaunes et cartons rouges. Pour qu'on ne hurle plus sur les stades : « A bas l'arbitre ! »

Dossiers envisagés dans les prochains numéros :

- Animation pédagogique EPS
- Didactique de l'EPS
- Unihockey à l'école
- Qualité de l'EPS



Service de l'éducation physique et du sport

Ch. de Maillefer 35
1014 Lausanne
Tél. 021 316 39 39
Fax 021 316 39 48
www.vd.ch/seps

Ont collaboré à ce numéro :

Illustrations : COVAN, Carole Du Bois, Markus Foerster, Béatrice Jaquier, Guylène Spaggiari.

Rédaction : Jean Aellen, Cédric André, Carole Du Bois, Florian Etter, Samuel Fierz, Nathalie Nanchen, Gérard Schroeter, Guylène Spaggiari.

Mise en page et réalisation : Jean Aellen, Béatrice Jaquier.

Impression : Atelier OLBIS, Ch. du Rionzi, 1052 Le Mont-sur-Lausanne.

BIBLIOTHEQUE DU SERVICE DE L'EDUCATION PHYSIQUE ET DU SPORT
Ch. de Maillefer 35
1014 Lausanne

Horaire : du lundi au vendredi
de 14h à 16h

Contact : tél. 021 316 39 39

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