



Edito

Tout va bien!

Je peux encore parler. Le coup de pédale est régulier. Ma respiration est légère. Je peux encore rêver...

L'enfant est au centre... Les nouveaux manuels EP sont distribués et appréciés. Les plans d'études et les programmes d'établissements sont réalisés. La HEP est créée. La licence SSEP connaît un vif succès. La formation pédagogique soulève l'admiration. L'option complémentaire sport est sous toit. Les mesures de sécurité sont actualisées. L'enquête santé est exploitée. Miroirs du Sport est planifié. Les maîtres sont satisfaits.

Tout va bien!

Je peux encore parler. Le coup de pédale est régulier. Ma respiration est légère. Je peux encore rêver...

La problématique de l'évaluation est réglée. La formation continue est assurée. EVM suscite l'enthousiasme. Les séances avec les maîtres sont prisées. Le jeu DUPLO est rangé. La plaquette Sport-Etudes est diffusée. Les parents sont informés. Les subsides SSF sont versés. La collaboration avec les clubs progresse. Les maîtres absents sont remplacés. Les documents didactiques sont publiés. Les directeurs sont satisfaits.

Tout va bien!

Je peux encore parler. Le coup de pédale est régulier. Ma respiration est légère. Je peux encore rêver...

Les après-midi sportifs sont au programme. Le rapport sur l'attitude de X est envoyé. La Commission fédérale est agendée. La rythmique couvre le canton. La prévention des accidents est une réussite. Le Noël au DFJ est bien. Le Noël au DIRE est bien. Le séminaire des écoles professionnelles est préparé. Le prochain numéro d'EsPaceS est rédigé. Les projets d'établissements existent. Le nouveau livret d'éducation physique est introduit. Les chefs de service sont satisfaits.

Tout va bien!

Je peux encore parler. Le coup de pédale est régulier. Ma respiration est légère. Je pourrais encore rêver...

Jean Aellen

Les collaborateurs du Service de l'éducation physique et du sport souhaitent aux fidèles lecteurs d'EsPaceS pédagogiques, ainsi qu'à leur famille, leurs meilleurs vœux pour les fêtes de fin d'année et pour 1998.

Sommaire

2

DOSSIER

La formation des maîtres



5

ESPACE SANTÉ

«Sport, condition physique et santé»

6

LA PAGE DE ...

L'animateur pédagogique

Se détendre, se relaxer en classe

8

ESPACE PRATIQUE

Le «skating» en jouant

Le «snowboard»: quels débuts?

12

L'OUVRAGE SUR LE MÉTIER

Génération Glisse

Dans l'eau, l'air, la neige ...

La révolution du sport des «années fun»

Jeux de mouvement en musique

La formation des maîtres

Marco Astolfi



L'INSTITUT DES SCIENCES DU SPORT ET DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE (ISSEP)

Créé en 1996, l'Institut des sciences du sport et de l'éducation physique se veut une interface active avec le monde du sport. Pour maintenir et établir des passerelles avec les praticiens et le «terrain», des unités fonctionnelles regroupent à l'intérieur de l'ISSEP des spécialistes susceptibles de pratiquer le conseil et l'enseignement. Pour atteindre cet objectif, l'ISSEP inclut des Unités de recherche et d'enseignement. Deux sont déjà en activité. Il s'agit du Centre de formation des maîtres d'éducation physique, dont la nouvelle dénomination est: Unité d'enseignement et de recherche en activités physiques et sportives (UERAPS); la deuxième est le Centre universitaire de psychologie du sport (CUPS).

Formation des maîtres d'éducation physique et études en sciences du sport à l'Université de Lausanne

La formation des maîtres d'éducation physique subit ainsi un grand bouleversement allant dans le sens d'une reconnaissance académique d'un titre et la réalisation possible dans des conditions normales d'une seconde compétence d'enseignement. A l'avenir, la voie pour devenir maître d'éducation physique passera par cette formation universitaire qui débouchera sur l'obtention d'un titre universitaire.



Une période de transition a été instaurée pour permettre aux étudiants, ayant établi un plan d'études incluant le brevet d'instituteur et le diplôme fédéral n° 1 de maître d'éducation physique, de terminer cette trajectoire.

Structure de la licence ès sciences du sport et de l'éducation physique

La licence ès sciences du sport et de l'éducation physique de la Faculté des sciences sociales et politiques (SSP) répond à un plan d'études en quatre ans et donne droit à 240 crédits ECTS (European Credits Transfer System).

Le premier bloc d'enseignement regroupe les branches de sciences de base telles que l'anatomie, la physiologie, la psychologie. Le deuxième bloc regroupe des enseignements théoriques généraux sur

les pratiques des activités physiques et sportives. Le troisième bloc assure des connaissances théoriques et pratiques spécifiques à différentes disciplines sportives.

La licence en SSEP mention «Enseignement» donne accès, **après une formation pédagogique**, à l'enseignement de l'éducation physique dans le canton de Vaud. Elle comprend encore un quatrième bloc constitué par une discipline dans une autre Faculté de l'Université de Lausanne, reconnue par le Département de l'Instruction publique et des cultes pour l'enseignement dans le canton de Vaud.

Les enseignements proposés dans la mention «Enseignement» ainsi que la formation pédagogique post-licence satisfont aux exigences fédérales pour l'obtention du diplôme fédéral n° 1 de maître d'éducation physique.

Les activités physiques et sportives dans le cursus d'études

Il n'est pas imaginable que des étudiants de l'Institut n'aient aucune expérience d'activités physiques et sportives. Toutefois, selon la mention choisie, le niveau de performance de pratique sportive peut être différent. Des épreuves d'orientation (examen préalable dans huit disciplines) permettent aux candidats de connaître leurs possibilités d'accéder à l'une ou l'autre mention.

L'examen préalable d'aptitudes physiques

Objectif: évaluer les compétences techniques et physiques des candidats. Ceux-ci doivent démontrer leur capacité à suivre les différents enseignements proposés

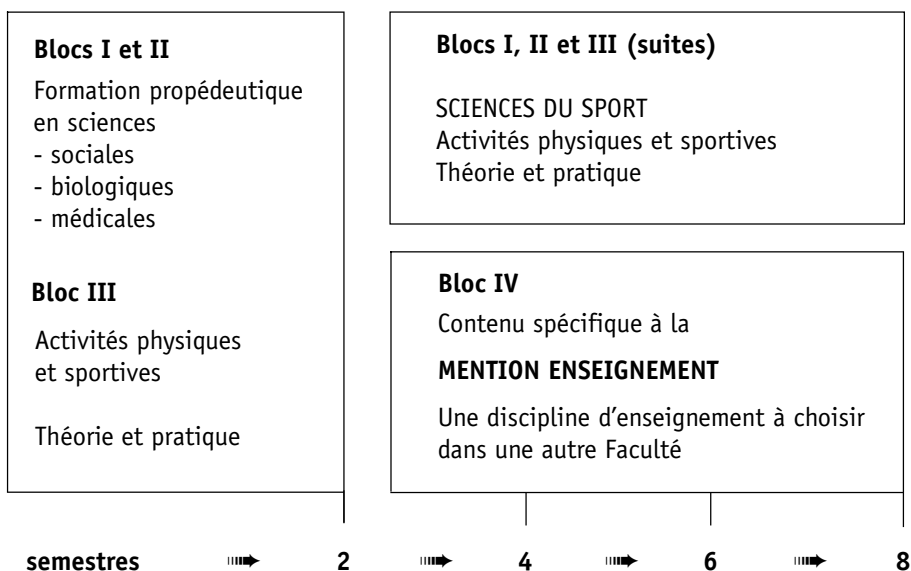
- sans mettre leur intégrité physique en danger
- sans empêcher le bon déroulement de l'enseignement.

L'examen préalable comporte huit disciplines parmi celles usuellement enseignées dans les écoles publiques suisses. Pour pouvoir accéder à un enseignement de branches pratiques, une note minimum doit être obtenue dans la discipline concernée lors de l'examen préalable. Les modalités de l'examen préalable se trouvent dans le complément au règlement publié en octobre de chaque année.

Organisation des études de la licence SSEP, mention enseignement

Les enseignements de la licence SSEP s'organisent sur 8 semestres en 4 blocs

- I **Sciences de base** (Anatomie - physiologie - introduction à la nutrition - psychologie de l'enfant - sociologie)
- I I **Théorie générale sur les pratiques des activités physiques et sportives** (Politique et institutions - théorie de l'entraînement - mouvement et apprentissage - communication)
- I I I **Connaissances théoriques et pratiques des activités physiques**
- IV **Une discipline d'enseignement** à choisir dans une autre Faculté.



La première année est conçue comme une année de propédeutique, à choix limité, permettant à l'étudiant l'acquisition d'une première série de connaissances fondamentales et l'initiation pratique aux méthodologies, langages et techniques des sciences du sport et de l'éducation physique. Les cours du bloc «activités physiques et sportives» permettent à l'étudiant d'entrer dans un travail corporel l'amenant à découvrir les bases du mouvement humain et les principes fondamentaux qui régissent les techniques sportives. L'année de propédeutique (2 semestres) ne comporte que les blocs I, II et III.

Durant les trois dernières années de licence se combinent études en éducation physique et études dans une autre Faculté pour l'obtention d'une deuxième compétence d'enseignement. Par conséquent, l'organisation est très individualisée et l'étudiant devra composer son propre programme horaire.



D'autres mentions

En dehors de la formation des maîtres d'éducation physique, la Suisse accuse un manque criant dans la formation et la recherche scientifique dans les domaines touchant au sport et à l'éducation physique. Même si la société occidentale accorde une place toujours plus grande aux activités physiques et sportives, les études permettant d'acquérir des compétences dans ce domaine sont pratiquement inexistantes en Suisse. En effet, la double compétence (sciences mères et activités sportives) requise pour gérer le domaine des loisirs, pour participer au développement de la culture du corps, pour définir un programme psychomoteur pour des handicapés, etc., dépasse largement les compétences du maître d'éducation physique scolaire traditionnel.

Différents champs de recherche et d'application dans les sciences du sport doivent être investis par l'Université. L'importance des enjeux pousse à mettre en place des filières officielles afin de ne pas laisser le hasard ou les opportunités décider de la direction, de la gestion de tel ou tel domaine. Outre l'éducation physique scolaire, des domaines tels que les activités physiques adaptées, le management des organisations sportives, la recherche biologique, les études des phénomènes psychosociaux, l'analyse de la performance sportive sont des terrains fabuleusement féconds.

Dans les prochaines années, d'autres mentions pourront être choisies par les étudiants telles que la licence SSEP, mention Santé, ou encore mention Communication.

La formation des maîtres

LA HAUTE ECOLE PÉDAGOGIQUE (HEP)

Marcel Favre
Jean Aellen

Actuellement, les réflexions concernant la mise en place d'une HEP vaudoise vont bon train. Rappelons que cette nouvelle institution de formation remplacera les actuelles écoles normales et le séminaire pédagogique de l'enseignement secondaire (SPES). Globalement, le projet vise à harmoniser l'ensemble des formations conduisant aux professions de l'enseignement, en tenant compte des nouvelles orientations pédagogiques et didactiques ainsi que des contraintes liées à l'emploi dans l'institution scolaire. Ainsi devraient disparaître les cursus d'études menant à la formation de maîtres n'enseignant qu'une seule discipline, de même que l'exigence absolue de compétences générales dans tous les domaines. Dans ce sens, la HEP formera des maîtres plus polyvalents, ou quasi-généralistes, répondant à une nécessité reconnue en Suisse, celle d'une vision plus globale et transdisciplinaire des études. Le projet de la loi sur la HEP sera sans doute soumis à nos autorités fin 1998 ou début 1999.



Premières orientations

Succinctement, le projet prévoit à ce jour et à notre connaissance:

- une procédure d'admission non seulement fondée sur les titres requis (maturité spécialisée socio-pédagogique - à créer - maturité académique ou titre universitaire), mais aussi sur le vécu et les compétences déjà acquises par les candidats;
- un semestre initial dit de «découverte» qui devrait permettre aux futurs enseignants d'approcher le monde scolaire dans ses diversités;
- l'élaboration d'un contrat d'études personnalisé;
- la mise en place d'un système de modules de formation tenant à la fois compte des voies choisies et des qualifications individuelles;
- pour tous les étudiants, un stage en responsabilité à temps partiel d'une durée d'une année scolaire;
- une durée de formation pour les étudiants **porteurs** d'un titre universitaire, en principe de 3 semestres, semestre de «découverte» et stage en responsabilité compris;
- une durée de formation des étudiants **non porteurs** d'un titre universitaire, en principe de 6 semestres, semestre de «découverte» et stage en responsabilité compris;
- la présence, dans la HEP, de formations initiales, secondes et continues, ainsi que d'un centre de recherches et de ressources;
- la collaboration d'établissements partenaires de la formation accueillant les candidats durant leurs stages.

Formation pédagogique des maîtres d'éducation physique

Dans ce contexte, la formation pédagogique des maîtres d'éducation physique serait:

- consécutive aux études de la licence SSEP;
- organisée dans le contexte de la HEP;
- caractérisée par un stage d'une année scolaire dans un établissement partenaire de la formation;
- prévue pour permettre aux candidats d'effectuer conjointement leur formation pédagogique dans leur deuxième compétence d'enseignement.

Maturité \Rightarrow **SSP** Licence \Rightarrow **HEP** \Rightarrow Titre d'enseignement

Autres formations envisagées

Sont également étudiés d'autres parcours de formation permettant d'enseigner l'éducation physique, notamment pour les maîtres «quasi-généralistes» diplômés de la HEP.

Par ailleurs, les diverses options offertes dans la HEP aux maîtres «semi-généralistes» ou aux maîtres «semi-spécialistes» nécessitent de poursuivre la réflexion sur des combinaisons d'études possibles entre HEP et Université (SSP).

Cette hypothèse permettrait, selon des modalités particulières et des perspectives d'emploi clairement définies, de répondre aux vœux de maîtres désirant enseigner l'éducation physique sans forcément obtenir la licence SSEP.

Maturité \Rightarrow **HEP** Education physique \Rightarrow Titre d'enseignement

Conclusion

Les considérations ci-dessus présentent, en l'état, la problématique de la formation des maîtres. De telles réflexions sont l'occasion privilégiée d'une large discussion où s'expriment les attentes nombreuses des partenaires de l'école. Elles entraînent nécessairement une remise en question opportune et parfois peu rassurante des questions relatives aux formations en général, à celle de l'éducation physique en particulier. Bien évidemment, le moment venu, le projet sera soumis à une première consultation à l'intention des partenaires de l'école.

Nous aurons l'occasion de revenir prochainement sur cette thématique en mouvement...

Sport, condition physique et santé

Marcel Favre

Une recherche et une exposition

A l'initiative du Service de l'éducation physique et du sport (SEPS), une vaste recherche a été menée dès 1995 dans le domaine de la condition physique et des pratiques sportives des jeunes du canton de Vaud. Conduite par l'Institut de médecine sociale et préventive de l'Université de Lausanne (IUMSP), cette enquête unique en son genre en Suisse, a touché près de 3'500 jeunes (écoliers, apprentis, étudiants) de 9 à 19 ans, dans diverses régions du canton.

Outre les mesures anthropométriques (taille, poids, etc.) et un questionnaire sur les habitudes de vie, cette étude comportait des tests de condition physique.

Mesures de la condition physique

Les sept tests retenus permettent des comparaisons avec des études similaires effectuées à l'étranger ou en Suisse.

La batterie comprend ainsi les tests suivants:

- test de souplesse: flexion du tronc en avant (Eurofit)
- test de vitesse et d'agilité: course navette 10 fois 5 mètres (Eurofit)
- test de puissance et d'endurance musculaires (tronc): redressement du tronc (adapté d'après Swissfit)
- test de puissance musculaire (membres inférieurs): saut en longueur sans élan (Eurofit)
- test de coordination: saut à la corde
- test d'endurance aérobie de Léger (Eurofit).



Les constatations suivantes se dégagent des premières analyses:

- la batterie de ces tests s'avère être un instrument de mesure simple et efficace, dont on peut envisager l'utilisation dans et hors de l'école;
- par rapport à d'autres études similaires, la condition physique des jeunes Vaudois est plutôt bonne;
- des différences significatives existent entre les jeunes filles et les jeunes gens, tant pour l'endurance ou la souplesse par exemple que du point de vue des progrès réalisés en cours de croissance;
- une nette diminution des activités sportives extra-scolaires des jeunes dès la fin de l'école obligatoire est constatée. L'institution scolaire semble jouer un rôle incitatif à la pratique des activités sportives, rôle qui devrait être consolidé à l'adolescence;
- la nécessité de créer des documents didactiques à l'usage des enseignants.

Dans le prolongement de cette étude et dans une perspective d'information, l'Organisme médico-social vaudois (OMSV), la Fédération vaudoise des ligues de la santé (FVLS) et le Service de l'éducation physique et du sport ont conçu une exposition sur le thème «Sport et Santé».

A la fois didactique et critique, elle montre les visages multiples du sport. Elle sensibilise aux aspects de la prise de risques, au plaisir d'être ensemble, à la nécessité d'une pratique sportive raisonnable.

D'ores et déjà réservée par une trentaine d'établissements scolaires (cf dossier remis aux directions), cette exposition circulera dans le canton durant plus d'une année.

Compte tenu de la richesse de cette étude, nous reviendrons sur quelques-uns de ses aspects dans les prochains numéros d'EsPaceS pédagogiques.

Se détendre, se relaxer en classe

Thierry Mérian

Les élèves, à l'école ou à la maison, passent quotidiennement de nombreuses heures en position assise. Fatigue, mauvaises postures, douleurs dorsales, déformation de la colonne vertébrale en résultent souvent. Les quelques suggestions d'activités décrites ici, faciles à organiser régulièrement, constituent un moyen de prévention efficace. Un petit moment de détente, tant physique que psychique, permet une meilleure concentration pour la suite du travail scolaire ...



Bouger

Les robots

Dans le «labyrinthe» de la classe, un élève guide son camarade en le touchant:

- 1 coup (léger!) sur la tête = stop,
- 1 coup sur l'épaule droite = 1/4 de tour à droite,
- etc...

Éviter toutes collisions contre un meuble ou un autre «robot»!

Les aveugles

Comme ci-dessus, mais l'élève guide par la voix son camarade qui se déplace les yeux fermés.

«Pacman»

Un élève, le «pacman», se déplace dans le labyrinthe en marchant; chaque fois qu'il rencontre un camarade, celui-ci se transforme en «pacman».

Interdiction de courir!

«Jacques a dit ...»

Lever les coudes le plus haut possible, se pencher le plus bas possible, s'accroupir, etc...

«Clap, clip, clop»

La maîtresse (ou un élève) énonce des affirmations; tous ceux qui répondent aux critères définis se lèvent, font le geste démontré, puis se rassoient.

Exemples:

Tous ceux qui:

- | | |
|-------------------------------------|-----------------------------|
| - ont vécu ici depuis plus de 5 ans | - faire un signe de la main |
| - ont déménagé plus de 2 fois | - lever les deux mains |
| - jouent d'un instrument de musique | - sauter sur place |
| - font régulièrement du sport | - courir sur place |
| - etc. | |



Les cabrioles des animaux

Les élèves, tous ensemble, récitent un texte, puis le répètent en mimant les gestes.

Exemples:

- | | |
|--|------------------------------------|
| - les grenouilles sautent | - se lever, se baisser |
| - les chameaux marchent d'un pas lourd | - marcher sur place d'un pas lourd |
| - les vers de terre se tortillent | - se tortiller avec tout le corps |
| - les araignées se secouent | - remuer les bras de haut en bas |
| - les lapins bondissent | - sauter sur place |
| - les ânes traînent | - marcher sur place au ralenti |
| - les lions marchent d'un air digne | - marcher sur place à 4 pattes. |

S'étirer

L'histoire

La maîtresse raconte, les élèves mettent en application le récit.

Exemple:

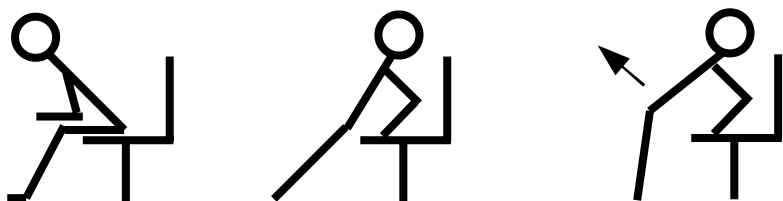
*«Mains sur les hanches, mains sur les genoux.
Touchez le sol si vous voulez.
Maintenant tournez à droite, tournez à gauche.
Relâchez votre corps, serrez-le fort.
Étirez-vous vers le haut, tendez haut les bras.
Tirez la tête en arrière, soupirez et bâillez».*

Les élèves peuvent apprendre l'histoire et la réciter en même temps.

Le réveil

Debout, cambrer lentement le haut du corps contre l'arrière; étirer doucement le cou. Les mains sont posées sur le bassin. Répéter plusieurs fois.

L'automobiliste



Les horloges géantes

Les élèves sont debout, les bras symbolisent les aiguilles de l'horloge; la maîtresse énonce les heures et les élèves les représentent. Amplifier les mouvements en étirant les bras.

Les vagues

Les élèves forment des colonnes entre les rangées de tables, bras tendus au-dessus de la tête. Le premier de colonne descend lentement les bras en décrivant un cercle de côté; les suivants enchaînent en faisant de même. On obtient ainsi un mouvement de vague. L'activité est possible avec d'autres gestes (ex. la «Hola»).

Se relaxer

Le miroir

Par paires, face à face; un élève mime des gestes très amples et très lents; son camarade, le miroir, imite le mouvement.

La perception du temps

Chaque élève pose la tête entre ses bras croisés sur la table, yeux fermés; quand il estime que trois minutes se sont écoulées, il se redresse en silence. Discuter des différentes perceptions du temps. Varier la durée.

Le contrôle de la respiration

Yeux fermés, assis en bout de chaise, le dos contre le dossier: prendre conscience de sa respiration; se forcer à respirer par le nez; inspirer et expirer sur 5 secondes; inspirer, bloquer sa respiration, expirer en 5 secondes; etc.



Le «skating» en jouant

Textes: Christophe Botfield
Dessins: André Schöpfer


Dans les régions où le ski de fond est roi, le skating a vraiment conquis les fondeurs de tout niveau. L'évolution massive et rapide de cette technique s'est manifestée surtout depuis les Jeux Olympiques de Lillehammer où de superbes images ont présenté ce pas glissé harmonieux et efficace.

Pour les maîtres d'éducation physique ayant la chance de partir en camp de ski de fond, voici quelques propositions d'activités favorisant la pratique du skating ou pas de patineur.


L'acquisition de cette technique a le grand avantage de se faire de manière globale et ludique. Le matériel traditionnel n'est pas une gêne pour les débuts; par la suite il vaut mieux s'équiper de manière adéquate pour retirer de ce mouvement un maximum de plaisir. Avec les élèves, cette approche peut être le thème d'une demi-journée ou d'une journée lors d'un prochain camp ou du prochain cours de sport scolaire facultatif.

Tous les exercices proposés tendent vers un objectif bien précis: L'EQUILIBRE. Ils se font donc logiquement sans bâtons.

Bien du plaisir sur vos petites lattes et bon hiver!



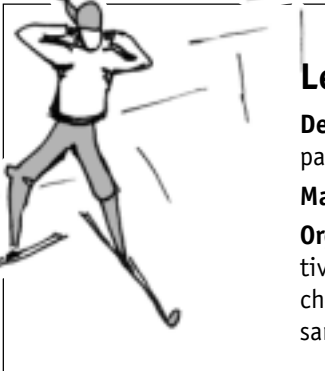
Le char romain
Descriptif: Par deux, l'un derrière l'autre; le pilote tracte son camarade à l'aide de piquets de slalom.
Matériel: Piquets de slalom.
Organisation: Se déplacer dans un premier temps librement à deux, en changeant les rôles, puis organiser diverses courses d'estafettes. Pour que l'exercice soit utile, il est nécessaire que le deuxième se laisse glisser (sur un ou deux skis).



Le patinage en couple (Synchro)
Descriptif: Par deux, l'un à côté de l'autre, chacun tenant une extrémité d'un piquet de slalom; se déplacer de manière synchronisée en pas de patineur.
Matériel: Piquets de slalom.
Organisation: Rechercher la synchronisation dans le mouvement, afin de pouvoir glisser longtemps sur le même ski.



L'attelage
Descriptif: Par deux, l'un derrière l'autre; celui de derrière, en pas de patineur, pousse son camarade.
Matériel: Aucun.
Organisation: Forme inversée du char romain, sans les piquets de slalom.



Les girafes
Descriptif: Seul; se déplacer en pas de patineur, mains derrière la nuque.
Matériel: Aucun.
Organisation: Délimiter une zone d'activité de plus en plus restreinte; chercher à se déplacer sans collisions et sans chutes.

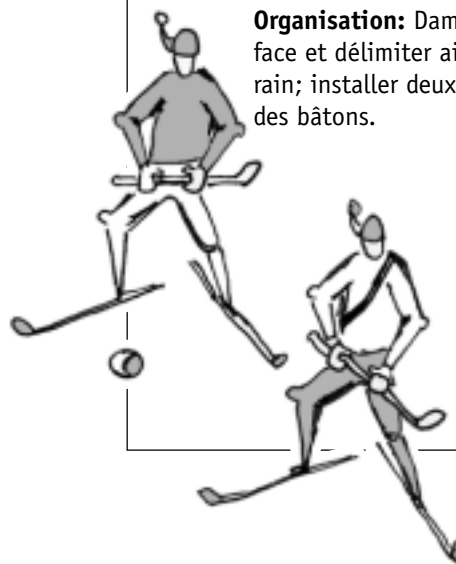
Voici quelques suggestions de jeux connus que l'on peut adapter à la pratique du ski de fond. Par de telles activités ludiques, les élèves développent en particulier les facteurs d'équilibre et de coordination nécessaires à la technique du skating.



Football sur un ski

Matériel: Balles mousse, sautoirs.

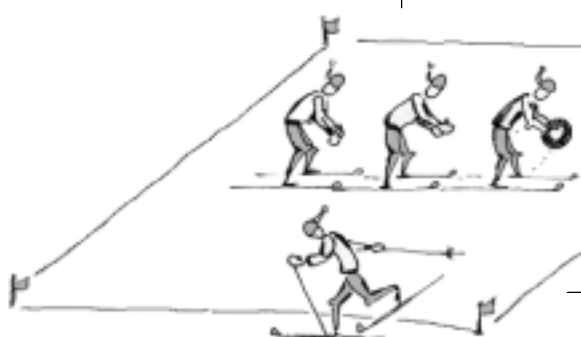
Organisation: Idem unihockey.



Unihockey

Matériel: Cannes de unihockey, balles mousse, sautoirs.

Organisation: Damer une surface et délimiter ainsi un terrain; installer deux buts à l'aide des bâtons.



Ballon «Alaska»

Matériel: Balles mousse, fanions.

Organisation: La forme de ce jeu correspond à celle de la balle «brûlée». Ici les «brûleurs»:

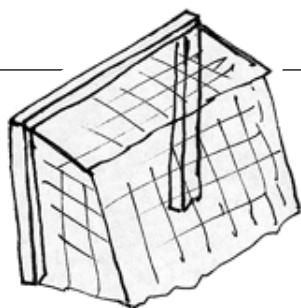
- récupèrent la balle,
- se placent en colonne,
- se passent la balle entre les jambes,
- le dernier de la colonne récupère la balle et la lève au-dessus de la tête en criant: ALASKA!



Handball

Matériel: Balles mousse, sautoirs.

Organisation: Idem unihockey.



Balle chasseur

Matériel: Balles mousse, fanions, sautoirs.

Organisation: Même principe qu'en salle de gymnastique; toutes les variantes sont possibles.



Le «snowboard»: quels débuts?

Textes: Christophe Botfield
Dessins: André Schöpfer

Aujourd'hui le maître d'éducation physique ne peut plus fermer les yeux sur le phénomène «snowboard». Ce n'est plus une mode passagère; la plupart des élèves en font déjà ou veulent en faire...

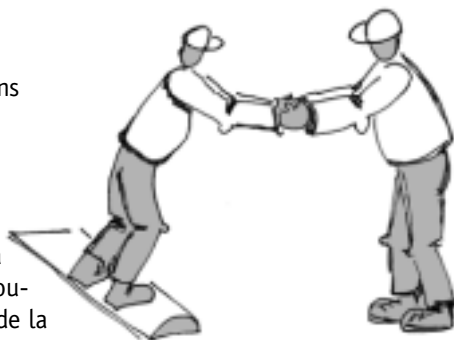
Nous devons tenir compte de cette activité dans les camps et proposer à chacun un enseignement de qualité. On trouvera ci-dessous quelques pistes facilitant l'apprentissage initial de ce sport. La plupart des suggestions proposées ici visent une fonction bien précise: **LA ROTATION**. Certaines formes facilitent l'auto-correction. L'élève se rend tout de suite compte s'il est juste ou faux.



Les premiers essais

Aide pédagogique: A réaliser dans une cuvette.

Descriptif: Afin de prévenir au maximum les chutes, le maître ou un élève accompagne le «snowboarder» jusqu'au bas de la cuvette. Eviter de faire cette accoutumance sur de la neige dure ou de la glace; la peur empêche un bon processus d'apprentissage.



Comment relever un débutant?

Tenir les deux mains de l'élève. Pour soulager le dos du maître, mettre un pied sur le bord de la planche et tirer sur les bras.



L'amorce du premier virage

Aide pédagogique: A réaliser dans une cuvette.

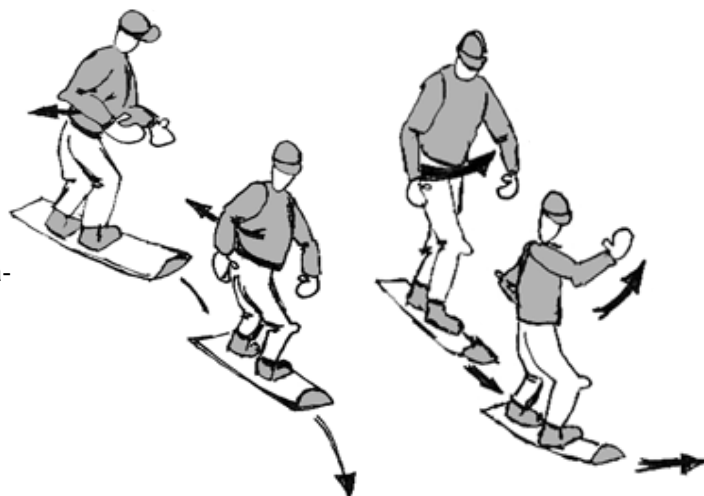
Descriptif: Le maître attend le «snowboarder» au bas de la cuvette. Lorsqu'il arrive, il lui attrape le bras qui se trouve en avant et le tient. La rotation se fait automatiquement (virage «frontside»).

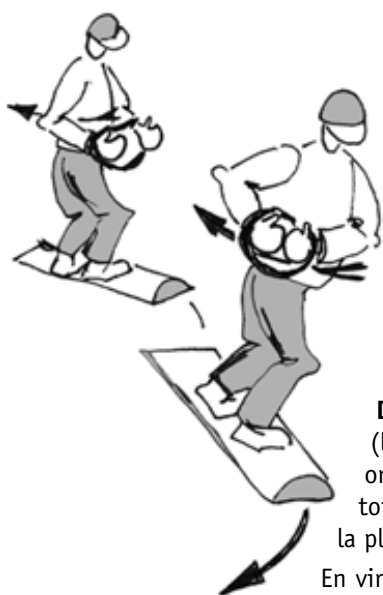
Répéter le virage dans l'autre sens (virage «backside»).

L'accélérateur ou le frein

Aide pédagogique: A entraîner d'abord sur une pente légère.

Descriptif: Le bras de devant joue le rôle d'un accélérateur ou d'un frein. Plus on dirige son bras vers la ligne de pente, plus on aura de la vitesse. Inversement, plus on va ramener le bras en direction du haut de la pente et plus on va perdre de la vitesse (exercice identique à celui de la «guirlande» à ski).





Le sautoir

Matériel: Un sautoir ou un foulard par élève, à placer autour des mains. La position du foulard permet de corriger les positions en fin de virage.

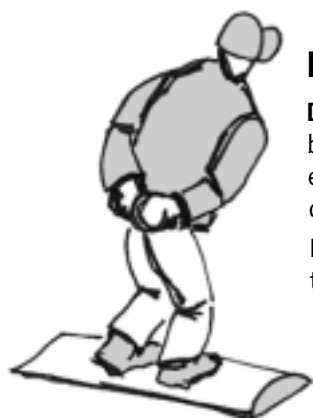
Descriptif: En virage «frontside» (la carre qui se trouve sous les orteils touche la neige), le sautoir doit être parallèle à l'axe de la planche.

En virage «backside» (la carre qui se trouve sous les talons touche la neige), le sautoir doit être perpendiculaire à l'axe de la planche.

Le virage se fait en passant d'une position à l'autre.

Le guidon de fusil

Descriptif: Après chaque virage, l'élève cherche à aligner le bout de son nez, le pouce levé (Guidon) et un point en haut de la pente.



Le surfeur cool

Descriptif: Effectuer des virages en ayant les bras dans le dos; cette position oblige l'élève à effectuer la rotation uniquement avec le haut du corps et non avec les bras.

En cas de manque de rotation ou de contre-rotation, la sanction est immédiate!



Le surfeur amoureux

Descriptif: Activité identique à celle du "surfeur cool", sauf qu'ici les bras sont croisés devant soi.

Petite difficulté supplémentaire: on ne voit plus ses pieds...



Le fan's club

Descriptif: Après chaque virage, saluer avec les deux mains, les copains qui sont restés en haut de la pente.

D'autres suggestions d'activités sont proposées dans la récente publication de l'ASEP «Faites vos jeux!» (cf. EsPaceS pédagogiques no 1, page 10).

Génération Glisse

Dans l'eau, l'air, la neige ...

La révolution du sport des «années fun»

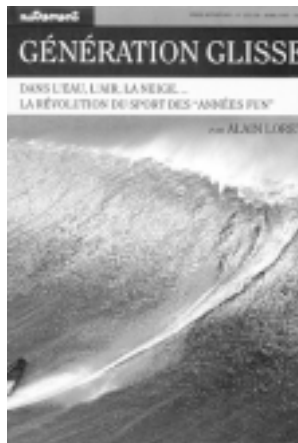
Alain Loret

(Paris, Editions Autrement - série Mutations, 1995; cote biblio-SEPS: 03.26)

Il y a juste une année, Alain Loret s'était exprimé, dans le cadre de Miroirs du sport, sur «l'émergence et la mouvance des pratiques sportives». Dans ce livre «Génération Glisse», il démontre et analyse la mécanique d'une véritable révolution culturelle, celle des nouveaux sports: VTT, windsurf, beach-volley, snowboard, skate, roller, grimpe, ...

«**Extrême, éclate, hors pistes, hors normes, hors limites;** ce sont là autant de motivations sportives inédites qui établissent de nouveaux rapports au corps et à la nature. Loin des stades, celles et ceux qui se veulent ou se disent sportifs revendiquent le droit au dépassement de soi, à la démesure, mais aussi, plus simplement au jeu, au plaisir, à la convivialité, à la connivence».

Par de nombreux exemples, Alain Loret explique les relations complexes que le sport établit avec l'économie, les stratégies marketing des grandes marques, les médias. Il montre, au travers d'un processus d'évolution comment le sport est passé d'un rôle historique d'utilité-publique à une fonction nouvelle d'utilité-ludique. Quelques têtes de chapitre: L'athlète, le rocker et le surfer; les délires de la communication «fun»; de la route à la glisse; fun-run, marathon et carnaval; les cultures sportives digitales et analogiques; le futur du sport.



Dossiers envisagés dans les prochains numéros

- EP et endurance
- Démarche formative en EPS
- Les stratégies d'apprentissage
- EPS et projet d'établissement, transdisciplinarité

EP SPACE
pédagogiques

Service de l'éducation physique et du sport

Chemin de Maillefer 35

1014 Lausanne

Tél. 021/316 39 39

Fax 021/316 39 48

Ont collaboré à ce numéro:

Illustrations: Bill Chapuisod, André Paul, André Schöpfer, ASEP, CFS, Caisse cantonale vaudoise des Retraites populaires.

Rédaction: Jean Aellen, Marco Astolfi, Christophe Botfield, Raymond Bron, Luc Diserens, Marcel Favre, Thierry Mérian.

Réalisation: Jean Aellen, Jean-François Martin, Olivier Martin, Corinne Valentinelli.

BIBLIOTHEQUE DU SERVICE DE L'EDUCATION PHYSIQUE ET DU SPORT

Ch. de Maillefer 35
1014 Lausanne

Horaire

Mardi: 10 h 45 - 12 h 45

Mercredi: 13 h 30 - 17 h

Jeudi: 9 h 15 - 12 h

Téléphone

021/316 39 55 ou 021/316 39 39

Responsable

Monique Lavanchy

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.

Jeux de mouvement en musique 1 (CD)

Fred Greder, Wieslaw Pipczynski

(Berne, Editions ASEP, 1997; cote biblio-SEPS: CM 32)

Edité par l'Association suisse d'éducation physique scolaire, ce CD concerne avant tout les élèves des degrés préscolaire et primaire.

«Les quinze jeux de mouvement en musique présentés ici constituent une aide pédagogique précieuse; d'une part, parce qu'ils permettent à l'enfant de répondre comme bon lui semble à des stimuli extérieurs (musique), et, d'autre part, parce qu'ils lui offrent la possibilité de donner libre cours à son imagination et de développer son potentiel créatif. Le jeu, avec le mouvement et la musique, favorise l'expression de l'identité profonde de l'enfant, mais il peut aussi constituer un



terrain propice au partage et à l'intégration sociale, les enfants s'adaptant individuellement à des structures musicales (rythme, tempo, dynamique, forme, caractère, etc.) qui leur servent en même temps de trait d'union. Ils apprennent ainsi à communiquer entre eux, à se subordonner à d'autres, à se laisser diriger, à se faire confiance et également à respecter les solutions d'autrui.

Les morceaux de musique choisis sont clairs. Leur structure est simple, ce qui permet à l'enseignement d'évoluer très librement. Ils engagent aussi à entrer spontanément dans le mouvement».

Fred Greder

Pour commander: Editions de l'ASEP, Neubrückstrasse 155, 3000 Berne 26 (Fr. 29.-; membre ASEP: Fr. 27.-)