

## FICHE 7

# Propositions d'ensemble pour l'EPS à l'école primaire

### Quel pas en avant est possible ?

Le premier progrès à réaliser pour que tous les élèves bénéficient de l'enseignement de l'EPS est d'assurer les horaires obligatoires : 3h d'EPS effectives par semaine.

Pour réussir cela, il faut, en premier lieu, clarifier les objectifs et les enjeux de cet enseignement en le distinguant explicitement de ce qui se fait en dehors de l'école (en animation périscolaire ou dans un club), pour redonner confiance aux enseignant-e-s sur leur capacité à enseigner l'EPS eux-mêmes ou elles-mêmes. Comme dans toutes les disciplines, l'EPS doit permettre des transformations, des apprentissages stabilisés en confrontant les élèves aux objets culturels que sont les activités physiques et sportives, traitées pour l'école. Comme on étudie des œuvres littéraires ou que l'on résout des problèmes scientifiques à l'école, l'EPS confronte les élèves à l'étude des APSA pour les doter de pouvoirs d'agir, de capacités à penser leur activité, à apprendre ensemble, et contribuer ainsi à l'éducation globale des enfants. L'obligation scolaire, le fait que les élèves ne soient pas volontaires et doivent apprendre - donc se transformer avec tout ce que cela coûte d'efforts et d'incertitude, mais aussi de plaisir et de satisfactions lorsque l'on réussit - au sein d'un groupe-classe non choisi, fait de l'école un lieu éducatif spécifique et incontournable.

En second lieu, il faut prendre en compte les conditions et contraintes de l'école primaire et notamment l'âge des élèves, la polyvalence des enseignants et les conditions matérielles « normales » des écoles (qu'il convient d'améliorer dans nombre de cas).

Nous proposons de donner des repères précis sur les APSA à étudier sur la scolarité primaire tout en laissant une grande part d'initiatives aux équipes enseignantes. Nous nous situons dans le cadre d'une amélioration de la formation des enseignant-e-s et à court terme, nous souhaitons qu'il y ait dans chaque école un-e enseignant-e ressource en EPS, qui coordonne et dynamise le projet EPS de l'école.

### Assurer les horaires et augmenter le temps de pratique

Les 3h effectives par semaine se déclinent en 2 à 3 séances par semaine en élémentaire et 1 séance par jour en maternelle de 30 à 45 mn effectives. Quelle que soit l'APSA programmée, la durée d'un module d'apprentissage devra être suffisante pour que les transformations s'opèrent (d'un minimum de 10 ou 12 séances).

Dans chaque séance, la quantité d'activité doit être un objectif prioritaire. Cela suppose de proposer des contenus qui ont du sens pour les élèves, pour qu'ils s'engagent avec plaisir dans l'action, et des formes de travail qui permettent le maximum d'autonomie. En maternelle par exemple, il faut éviter les « parcours »

qui engendrent des attentes et des queue-leu-leu. En primaire, il ne faut pas hésiter à travailler les consignes en classe avant la séance et à faire le bilan/analyse après pour avoir une quantité d'activité optimale pendant la séance.

## Clarifier les enjeux de l'EPS

- Etudier les activités physiques, sportives et artistiques à l'école

L'école n'a pas seulement pour objectif de « faire découvrir des APSA » (objectif possible du périscolaire ou d'un centre aéré), ni d'amener à son plus haut niveau un enfant dans une seule activité (club), ni simplement de viser la détente par rapport au travail scolaire (association ou famille). L'école ne peut pas laisser agir les enfants selon leurs goûts, elle ne peut pas les laisser sur la touche sous prétexte qu'ils « n'aiment pas ça », n'ont pas envie de faire ou sont trop faibles, ou trop petits ou trop gros ! L'école est le lieu d'apprentissages identifiés que tous les élèves doivent s'approprier pour se développer et accéder à la culture.

Permettre à l'élève de transformer sa motricité quotidienne en une motricité « extra-ordinaire », porteuse de pouvoirs d'agir nouveaux, nécessite que, dès la maternelle, chaque enfant s'implique dans un projet d'activité qui fait sens pour lui. Pour cela, il doit comprendre le but du jeu, les contraintes de la situation (les règles, les espaces,...), les critères de réussite, et prendre conscience de l'écart entre ce qu'il fait et le but à atteindre.

En primaire, tous les élèves sont capables d'évaluer les effets de leur activité (ou celle d'un autre), de s'interroger sur leurs réussites et échecs, de faire des hypothèses sur ce qu'ils doivent transformer pour réussir, de formuler globalement un projet d'apprentissage et de s'engager dans un processus de transformation conscient, avec tout ce que cela signifie d'efforts, de répétition et d'apprentissage de l'autonomie. En EPS, « penser son activité » permet donc à la fois de progresser plus vite et de mobiliser de manière originale des processus cognitifs (apprentissage langagiers, rôle de l'erreur...), qui aident les enfants à mieux comprendre ce que l'école attend d'eux.

Etudier les APSA, c'est aussi apprendre ensemble. La dimension collective des apprentissages fait de la présence de l'Autre une condition pour réussir soi-même. Grâce à la compréhension et l'intégration de règles, les élèves prennent conscience que leurs actions sont liées à des normes communes, inhérentes à l'activité elle-même, et nécessaires pour que celle-ci vive et que le jeu fonctionne. En jouant des vrais « rôles sociaux », constitutifs de l'APSA et nécessaires pour progresser (acteur, spectateur, juge, arbitre, observateur...), les élèves apprennent à être de plus en plus autonomes et à prendre des responsabilités, qualités déterminantes pour la réussite scolaire.

- Traiter les APSA pour l'école

**A l'école maternelle**, il s'agit de privilégier une activité fonctionnelle et signifiante, qui va solliciter de la part de l'élève une adaptation aux exigences de divers milieux. Par les émotions qu'elle suscite, les

expériences qu'elle permet, l'EPS organise une véritable connaissance corporelle du monde, permet le développement d'un véritable langage corporel qui donne de nouveaux pouvoirs comme en donne le langage oral. L'âge des enfants oblige à traiter - de manière plus fondamentale encore qu'aux autres niveaux de la scolarité - les activités physiques du point de vue de leur signification, du sens qu'elles ont pour les élèves et des problèmes essentiels qu'elles posent. Dans des espaces et dispositifs, à la fois sécurisants et stimulants, les élèves se reconnaissent « petits nageurs », « petits danseurs », « petits acrobates »... Un élève de 3 ans comprend qu'il n'agit pas de la même manière suivant qu'il doit sauter le plus loin possible (projet de performance) ou sauter pour arriver sur ses pieds (spectacle gymnique). Il adapte sa motricité suivant qu'il doit lancer un ballon pour le rattraper (jonglerie), le lancer le plus loin possible (performance athlétique) ou encore lancer sur une cible mouvante ou fixe (jeu collectif). Dans un même espace d'évolution, il est capable de faire la différence entre un projet d'escalade (je suis alpiniste/aventurier-e) et un projet de spectacle (je suis acrobate).

Cette approche, qui intègre une forte dimension anthropologique et historique des APSA, se poursuit à **l'école élémentaire**. Elle permet de se débarrasser de tout ce qui est inutile à cette étape de la scolarité (règles secondaires, gestes techniques précis, habiletés spécifiques) pour se centrer sur le sens que l'élève doit construire, sur les efforts qu'il doit fournir.

Tous les élèves sont capables d'évaluer les effets de leur activité (ou celle d'un autre), de s'interroger sur leurs réussites et échecs, de faire des hypothèses sur ce qu'ils doivent transformer pour réussir, de formuler globalement un projet d'apprentissage, de s'engager dans un processus de transformation conscient et d'assumer des rôles sociaux.

Dès la fin de l'école élémentaire, la référence aux APSA est prégnante d'emblée et nécessite un questionnement critique. Progressivement, les règlements, les contraintes du milieu et les exigences se complexifient.

**La liaison école-collège** doit être envisagée en prenant en compte une donnée importante : la transformation physique et psychologique des élèves liée à l'adolescence. Il est en effet déterminant que les élèves stabilisent un certain nombre d'apprentissages avant cette période, pour éviter qu'ils restent des « éternels débutants » et perdent confiance en eux.

## Des éléments pour dynamiser l'EPS dans les écoles

- Le choix des APSA, objets d'étude

Le nombre important d'APSA impose de faire des choix en fonction des objectifs de l'école. Ce choix doit être le plus explicite possible, ce n'est pas le cas actuellement. Les documents d'accompagnement traitent de 11 APSA, mais potentiellement beaucoup plus (entre 27 et 40 suivant la façon dont on envisage une

activité ou un groupe d'activités). Du point de vue des acquisitions, seule la natation et le vélo font l'objet de repères précis avec des « brevets » (APER, circulaire natation). Antérieurement à 2008, il était également recommandé de faire des jeux collectifs tous les ans.

Pour faire des choix, il faut tenir compte des paramètres suivants :

- de l'âge des enfants, qui ont des potentialités énormes, un grand besoin de mouvement et de liberté d'action, et sont enthousiastes dans tout projet dès lors qu'il a du sens pour eux,
- de la nécessité de faire vivre une diversité d'expériences les sollicitant sur différents registres (s'éprouver physiquement, se mettre en jeu esthétiquement, agir avec adresse, développer son pouvoir sur les objets, s'engager en sécurité en gérant des difficultés prévisibles ou pas, mettre en œuvre des stratégies,...),
- de la polyvalence des enseignant-e-s et de leur rapport au corps, au sport et à la danse,
- des conditions matérielles « normales » des écoles maternelle (salle d'EPS) et élémentaire (cf. guide des équipements du MEN). Ex : on peut faire facilement de l'escalade en maternelle sur des « espaces de grimpe », c'est beaucoup moins abordable en élémentaire pour un ou une enseignant-e polyvalent-e,
- du groupe classe : 24 élèves qui ne sont pas encore autonomes (ce qui exclut des APSA),
- des possibilités d'approches pluridisciplinaires (dans certaines APSA plus que d'autres),
- des acquisitions à stabiliser avant l'entrée dans l'adolescence,
- du fait que des activités sont fortement programmées dans le second degré (ex : badminton) et d'autres beaucoup moins (danse, gymnastique rythmique).

L'on constate aujourd'hui que des activités soient couramment enseignées (jeux collectifs, natation, athlétisme), mais que certaines pourraient l'être plus (danse, cirque, gymnastique, GR et jonglerie, vélo, course d'orientation). S'il est en effet admis qu'un enfant doit avoir acquis une première étape du « savoir nager » en fin de primaire, tout comme il doit savoir faire du vélo, il est tout aussi important qu'il ait appris à se renverser sur les mains (gymnastique), qu'il soit adroit avec les objets (jonglerie ou gymnastique rythme), qu'il sache courir longtemps, qu'il soit en capacité de s'intégrer dans un jeu collectif, qu'il sache danser en collectif, s'orienter, etc. Le cycle école-collège doit permettre une stabilisation d'apprentissages jugés indispensables à cette étape pour que chaque élève puisse ensuite acquérir la culture commune.

- Impulser des « évènements » sportifs ou artistiques

Pour que l'EPS prenne une plus grande place dans la vie des écoles, nous proposons de généraliser des pratiques qui existent aujourd'hui, souvent en lien avec l'USEP. Selon nous, chaque élève devrait vivre des « évènements », c'est-à-dire des moments particuliers de rencontres (tous à la mesure des enfants) significatifs de la culture des APSA (un « vrai » spectacle, une rencontre d'athlétisme, de sport collectif, un bal folk, un stage APPN...). Ces évènements sont l'occasion d'une rencontre entre plusieurs classes. L'élève joue les rôles sociaux nécessaires : organisateur, arbitre, chronométrateur.

- Rôle d'un enseignant-ressource EPS dans l'école

Dans plusieurs départements, la mise en place de personnes-ressources EPS a déjà été expérimentée, sur la base du volontariat, suite à des actions de formation continue. Une généralisation de ce dispositif nous semble une piste très prometteuse. En effet, un-e enseignant-e ressource qui coordonnerait et impulserait le projet EPS, permettrait d'assurer en équipe la polyvalence des enseignements et l'animation du sport scolaire.

## Propositions pour la maternelle

L'EPS en maternelle, c'est une séance par jour (de 30 à 45' par séance). Certaines APSA, sous réserve d'un traitement spécifique, sont très adaptées aux petits et aux conditions de l'école maternelle. Elles doivent être programmées tous les ans : la danse, les jeux traditionnels, les jeux athlétiques, les activités gymniques, la jonglerie ou GR. En petite section, plusieurs modules d'activités gymniques sont nécessaires pour éprouver et développer les grandes actions fondamentales de la motricité. En fin de scolarité maternelle, et en complément, les élèves devraient avoir vécu au moins une fois un module d'orientation, de natation, d'escalade, de lutte, de vélo (ou draisienne).

Toutes les activités peuvent faire l'objet de rencontres ou d'évènements, mais à la fin de la scolarité maternelle, les enfants devraient avoir construit a minima les expériences suivantes :

- Un « vrai » spectacle (de danse, de gymnastique, de cirque ou de GRS...)
- Une rencontre de jeux athlétiques
- Un bal folk (danses collectives au sein de l'école ou entre écoles)
- Une sortie de pleine nature (en forêt, parc, classe de neige ou classe verte)
- Tous les enfants devraient savoir faire de la draisienne ou du vélo sans stabilisateur.

## Propositions pour l'école élémentaire

A l'école élémentaire, à raison de 3h d'EPS par semaine réparties en 2 ou 3 séances par semaine, un élève peut vivre de 6 à 8 modules d'apprentissages par an (un module = 12 à 15 séances ou 12h à 15h). En 5 ans de scolarité élémentaire (du CP au CM), un élève peut donc vivre 30 à 40 modules.

Ces modules permettent de concilier la découverte d'APSA tout en stabilisant un certain nombre d'apprentissages déterminants à cet âge.

- Expériences, évènements et brevets

Chaque année, chaque élève construit des expériences et vit des « évènements », parmi lesquels :

- Un « vrai » spectacle (de danse, de gymnastique, de cirque ou de GRS...)
- Une rencontre d'activités athlétiques
- Une rencontre de jeu/sport collectif
- Un bal folk (danses collectives au sein de l'école ou entre écoles)
- Une sortie scolaire (avec nuitée) pour pratiquer une (des) activité(s) de pleine nature (classe de neige ou classe verte)

Au cours de sa scolarité, il devra obtenir au minimum les 3 brevets suivants : Natation (cf. circulaire) ; Vélo (cf. sécurité routière) ; Course de durée (épreuves à définir).

- Programmation d'APSA

Chaque année, avec sa classe, l'élève doit vivre :

- Un module de jeux ou sports collectifs
- Un module d'activités athlétiques (course longue / course de vitesse, relais, sauts, lancers,...)
- Un module de danse (danse collective, danse de création) ou activités gymniques ou cirque (acrobatie, jonglerie)

Dans sa scolarité au sein de l'école, il devra vivre :

- Natation : 3 modules (de 12 à 15 séances) minimum, ou un stage (cf. circulaire natation).
- Vélo : 1 module (cf. brevet de prévention routière)
- Course d'orientation : 1 module
- Lutte : 1 module

Sur les 40 modules possibles, les enseignants programmeront 19 modules à leur initiative, en fonction de leur contexte et de leurs compétences collectives (ces modules peuvent reprendre des activités déjà programmées).

## Quelques repères sur les APSA et les acquisitions

### Les activités athlétiques

L'enjeu est de confronter l'élève à une performance qu'il peut évaluer (course de vitesse, lancer loin, lancer précis, sauts). Il mobilise toutes ses ressources. Il est amené à faire un effort important pour « battre son record ».

En fin de cycle 1 : l'élève a compris le sens de l'activité (« raccourcir le temps, élargir l'espace »). Il peut se lancer des défis à lui-même ou aux autres : courir le plus vite possible (sans tomber), lancer « de toutes ses forces » et sauter le plus loin possible sans dépasser une limite. Il repère les espaces pour jouer (zone d'élan, zone à franchir, départ/arrivée...).

Repères fin de cycle 3 :

- lancer le plus loin possible une balle sans dépasser la ligne ; le lancer se fait avec élan (idem pour sauter) ; faire sa meilleure performance régulièrement.
- relais : courir le plus vite possible une courte distance à plusieurs ; le relayeur reçoit le témoin dans une course vers l'avant ; réussir cette transmission régulièrement.
- course longue : courir 15mn sur une distance comprise entre 1800m à 3600m.

### Les activités aquatiques

L'enjeu est une adaptation au milieu aquatique, par la construction d'une motricité spécifique (entrées dans l'eau, déplacements sous l'eau, déplacements à la surface) qui nécessite de réorganiser son équilibre, sa respiration et sa propulsion.

En fin de cycle 1 : l'élève s'immerge totalement (apnée), se déplace là où il n'a pas pied en équilibre plus ou moins vertical, à l'aide de ses bras sur différents appuis (lignes d'eau, cage...). Il repère les différents niveaux de difficultés.

Repères fin de cycle 3 : savoir nager 50 mètres, nager sous l'eau pour aller chercher des objets au fond de l'eau, plonger.

### **Les activités d'orientation**

L'enjeu est de courir vite dans un milieu plus ou moins connu ou complexe, qu'il importe de savoir « lire ». En maternelle, ce milieu est peu chargé d'incertitude.

En fin de cycle 1 : l'élève sait se déplacer pour retrouver des objets dans un espace « connu », à l'aide de photos, d'un dessin ou une maquette.

Repères fin de cycle 3 : se diriger tout en courant dans un espace inconnu à l'aide d'un plan.

### **Les activités d'escalade**

L'enjeu est de s'adapter à un milieu plus ou moins vertical et plus ou moins connu pour atteindre des sommets ou prendre des chemins de plus en plus difficiles.

En fin de cycle 1 : dans un espace aménagé pour grimper, l'élève parcourt des chemins « en hauteur » pour atteindre un point précis (décrocher la lune, attraper l'avion, etc.). L'élève repère la difficulté des différents chemins. Il est capable de choisir.

Repères fin de cycle 3 : réaliser un parcours annoncé sur une traversée d'environ 5m (sans matériel d'assurance).

### **Les activités de pilotage (vélo, ski, roller...)**

L'enjeu est la maîtrise d'engins obligeant le pratiquant à jouer avec son équilibre pour se diriger.

En fin de cycle 1 : l'élève a expérimenté différents engins. Il sait se diriger à vélo sans stabilisateurs (ou sur une draisienne, sans pédale), dans un espace protégé.

Repères fin de cycle 3 : savoir faire du vélo (en randonnée ou dans la cour sur un projet type « bicross »).

### **Les activités gymniques**

L'enjeu de ces activités est de faire des « figures » avec son corps pour épater des spectateurs ou des juges. Ces figures perturbent fortement l'équilibre (voler, tourner, se renverser, se balancer...) et sont codées du plus facile au plus difficile. L'acrobate doit rechercher la difficulté et contrôler le risque pris.

En fin de cycle 1 : l'élève cherche à faire des figures (sauter en tournant, marcher sur les mains avec les pieds en contre-haut, se suspendre et se déplacer, franchir un obstacle avec ses mains... en retombant sur ses pieds). Il identifie les figures dans le codage (dessins, photos construits à partir du vécu de la classe), aussi bien en tant qu'acteur que spectateur.

Repères fin de cycle 3 : se déséquilibrer volontairement au sol ou sur différents agrès pour voler (ex. sauter en faisant un tour sur soi-même), tourner (ex. tourner en arrière autour d'une barre) ; se renverser sur les mains (ex. faire la roue, faire l'équilibre sur les mains contre un mur). Quelle que soit l'action, contrôler la réception. Remarque : l'acroport doit être pratiqué avec une très grande vigilance, les enfants d'école primaire prenant difficilement conscience des conséquences des portés sur le corps de l'autre.

### **Les activités gymniques avec objets (GR ou jonglerie)**

L'enjeu de ces activités est de maîtriser des objets manipulés : faire des exploits de plus en plus risqués et contrôler le risque pris, pour épater des spectateurs ou des juges.

En fin de cycle 1 : l'élève cherche à faire des exploits avec un objet (faire danser un ruban, un ballon de baudruche, des foulards, lancer et rattraper un ballon, une balle, faire rouler un cerceau, etc.) qu'il peut identifier, aussi bien en tant qu'acteur que spectateur.

Repères fin de cycle 3 :

- gymnastique rythmique : maîtriser un objet manipulé (corde, ruban, ballon...) pendant la durée d'une musique, chercher à épater les spectateurs.
- jonglage : savoir jongler à 2 ou 3 balles de différentes manières dans le cadre d'un spectacle

### **La danse**

Les danses collectives : l'enjeu est de danser ensemble des danses du patrimoine en s'inscrivant dans des mouvements collectifs mémorisés. Ces danses nécessitent des figures dans l'espace, une coordination avec la musique et une communication avec l'autre, dans son espace proche.

En fin de cycle 1 : l'élève peut reproduire des danses dans le cadre d'une rencontre avec d'autres classes (fête, bal folk...).

En fin de cycle 3 : inventer ou reproduire des danses codifiées.

La danse à visée expressive et artistique : l'enjeu est de mobiliser le pouvoir expressif du corps, faire appel à l'imaginaire pour créer du sens et de l'émotion chez le spectateur.

En fin de cycle 1, l'élève danse, seul ou à plusieurs, au service d'une intention partagée.

Dans les deux cas, permettre aux enfants de connaître la référence culturelle par des vidéos ou des spectacles.

Repères fin de cycle 3 : l'élève a un projet expressif, il exprime corporellement des sentiments, des états...dans une production de groupe, il cherche à réduire le décalage entre son intention et ce qu'il fait réellement pour émouvoir l'autre, le spectateur.

### **Les jeux collectifs (jeux traditionnels ou sports collectifs)**

L'enjeu de ces activités est de permettre à l'élève, dans un contexte d'opposition, de faire des choix, de construire des stratégies pour atteindre un but commun. Ils nécessitent la compréhension de règles collectives.

En fin de cycle 1 : L'élève a compris et respecte les règles du jeu. Il est capable d'agir en fonction du but du jeu (atteindre un camp, une cible...), du rôle qu'il joue (attraper, éviter, délivrer...), en prenant en compte les adversaires. Il peut décrire sa stratégie à partir d'un dessin ou un autre support (nb : le règlement des jeux traditionnels basés sur le principe d'élimination des plus faibles sera adapté pour que tous les enfants jouent longtemps).

Repères fin de cycle 3 :

- jeux traditionnels (gendarmes et voleurs, balle au prisonnier...) : choisir entre 2 possibilités tactiques (choisir entre attraper et délivrer, choisir entre attraper la balle et l'éviter...), élaborer un règlement, être capable d'auto-arbitrage

- sports collectifs type basket, hand, foot (comme défenseur : défendre son but et/ou chercher à reconquérir le ballon - comme attaquant : faire progresser la balle vers l'avant, passer quand on est gêné - comme partenaire du porteur de balle : se démarquer dans l'espace libre, ne pas gêner le porteur de balle, se placer pour offrir une solution au porteur de balle

### **Les activités de lutte**

L'enjeu de ces activités est d'entrer dans un jeu de corps à corps, où il faut perturber son équilibre pour vaincre les actions de l'autre.

En fin de cycle 1 : l'élève a compris que le jeu consiste à attraper, bloquer l'autre ou le sortir d'une zone, sans lui faire mal et en retour ne pas se laisser faire, ni se laisser faire mal.

Repères fin de cycle 3 : utiliser le poids de son corps, des saisies variées pour déséquilibrer l'adversaire et l'amener au sol

### **Les jeux de raquettes**

L'enjeu de ces activités est dans la rapidité du jeu en opposition, où l'on cherche à rompre l'échange pour marquer le point.

En maternelle et jusqu'au cycle 2, le maniement de la raquette et la construction de coïncidence de frappe limitent les échanges et ne permettent pas le duel.

Repères fin de cycle 3 : l'élève cherche à rompre l'échange pour marquer le point.

### **Les activités de relaxation**

L'enjeu est l'écoute et la maîtrise de son corps, la prise de conscience de différents tonus, de sa respiration... Ces activités sont abordées en tant que telles, ou travaillées avec d'autres (danse, course, retour au calme...).