

## Comment réussir ses séances d'EPS ?

**3 incontournables : du sens (pour l'enseignant et l'élève), des apprentissages et un temps d'activité motrice important**

Les différentes phases pour enseigner l'EPS			
Entrée dans l'activité	Exploration / Découverte	Structuration	Réinvestissement
<p>Cette phase permet d'opérer la "mise en route" de l'activité et de faire comprendre que la séance commence (règles de fonctionnement, lieu, tenue adaptée...)</p> <p>Pour cela il peut être nécessaire :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-de ne pas limiter ce moment à un échauffement.</li> <li>-de réactiver, reformuler, revenir sur, se remettre en mémoire.</li> </ul> <p>Cela implique que la séance fasse partie d'un ensemble structuré. Ce temps favorise la disponibilité corporelle et intellectuelle.</p>	<p>Cette phase permet d'entrer dans la situation proposée, de comprendre ce qui est attendu (le but à atteindre), d'appréhender les contraintes (en matériel, en temps) et les modalités de travail.</p> <p>Pour cela il peut être nécessaire :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-que les élèves explorent la situation</li> <li>-qu'ils cherchent à découvrir différentes possibilités de réalisation.</li> </ul> <p>Cela implique qu'il y ait un obstacle, réel mais accessible, à surmonter. L'enseignant ne doit pas trop guider par rapport aux réponses attendues. Il observe et prend en compte les solutions proposées.</p>	<p>Cette phase permet de mettre en relief les <b>critères de réussite</b> et les principales <b>règles d'action</b>, la technique à privilégier, <b>les variables</b> possibles.</p> <p>Pour cela il peut être nécessaire :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- de verbaliser</li> <li>- de montrer, de faire faire</li> <li>- de garder une trace des règles, des gestes, des stratégies...</li> </ul> <p>Cela implique d'aider les élèves à comprendre la situation proposée et ses enjeux.</p>	<p>Cette phase permet de travailler certaines procédures en vue de les rendre plus efficaces, de s'entraîner.</p> <p>Pour cela il peut être nécessaire :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- de favoriser la répétition pour atteindre une «automatisation», une aisance, une mémorisation de certains gestes moteurs, des stratégies collectives ou individuelles....</li> <li>- de mettre en place des jeux ou des ateliers simples mobilisant rapidement les savoirs travaillés.</li> </ul> <p>Cela implique que l'enseignant propose des situations d'observation, d'évaluation par les élèves. Ceux-ci sont ainsi amenés à tenir différents rôles (observateur, arbitre, juge).</p>

**Un critère de réussite : ce qui permet de connaître le résultat de l'action ; il doit être explicite pour l'élève (acteur – observateur) ; il sert à l'évaluation.**

ex : *J'ai réussi si j'ai lancé 3 balles sur 5 au moins dans la cible*

*J'ai respecté les contraintes imposées pour ma danse (immobilité de début et de fin, un déplacement et un passage au sol)*

**Une règle d'action : ce qu'il faut faire pour réussir (geste, attitude...) :**

ex : *Pour lancer loin, il faut lancer à bras cassé, il faut...*

*En sport collectif, pour se démarquer, il faut se placer dans un espace libre, il faut être à proximité du porteur de balle, il faut...*

**Une variable : elle permet de simplifier ou de complexifier la situation en gardant le même objectif.** On peut modifier le temps, l'espace, la règle ou le nombre.

## Exemples de constructions de séances

Si une séance peut comporter toutes les phases de l'apprentissage, il est possible, au sein d'un module (séquence d'apprentissage), d'envisager d'autres organisations en variant les phases et leur durée. Cela permettra de prendre en compte les contraintes d'emploi du temps. Des séances plus courtes participent à la pratique régulière de l'EPS.

Différents types de séances possibles Séances et phases à durées variables					
Entrée dans l'activité <i>Parcours</i> : mise en place des éléments	Entrée dans l'activité <i>Lutte</i> : le jeu des crocodiles	Entrée dans l'activité <i>Danse</i> : rituel corporel	Entrée dans l'activité	Entrée dans l'activité (classe partagée en 2 groupes)	
Exploration / Découverte <i>Parcours</i> : bric-à-brac réalisé par les élèves	Réinvestissement <i>Lutte</i> : retourner un adversaire	Structuration <i>Danse</i> : retravailler une phrase dansée avec des contraintes (espace, vitesse, énergie,...).	Réinvestissement <i>Sport collectif</i> : tournoi	Structuration Groupe 1 <i>Natation</i> : propulsion : déplacement sans les bras (planche)	Réinvestissement Groupe 2 <i>Natation</i> : immersion : parcours subaquatique
Structuration <i>Parcours</i> : ateliers décrochés à apprentissages précis	Exploration / Découverte <i>Lutte</i> : comment bloquer un adversaire au sol ?	Réinvestissement <i>Danse</i> : production d'une chorégraphie respectant les contraintes travaillées		Réinvestissement Groupe 1 <i>Natation</i> : immersion : parcours subaquatique	Structuration Groupe 2 <i>Natation</i> : propulsion : déplacement sans les bras (planche)
Réinvestissement <i>Parcours</i> : dispositif organisé par l'enseignant	Structuration <i>Lutte</i> : techniques d'immobilisation				

Des documents d'aide à la construction de modules d'apprentissages sont disponibles sur le site de la **DSDEN 49** :

<http://www.ia49.ac-nantes.fr/vie-pedagogique/groupe-de-pilotage-departemental/education-physique-et-sportive/ressources-pedagogiques/>