

Actes du colloque



nov.2018

L'EPS ET L'ECOLE DE DEMAIN

Syndicat National de l'Education Physique - www.snepfsu.net

Nos partenaires





« Opération COUSTEAU »

une performance marquante en collège qui
donne du sens aux apprentissages





«Dès la naissance, l'homme porte le poids de la gravité sur ses épaules. Il est rivé à terre. Mais l'homme n'a qu'à descendre sous la surface et il est alors libre ».

J.Y Cousteau

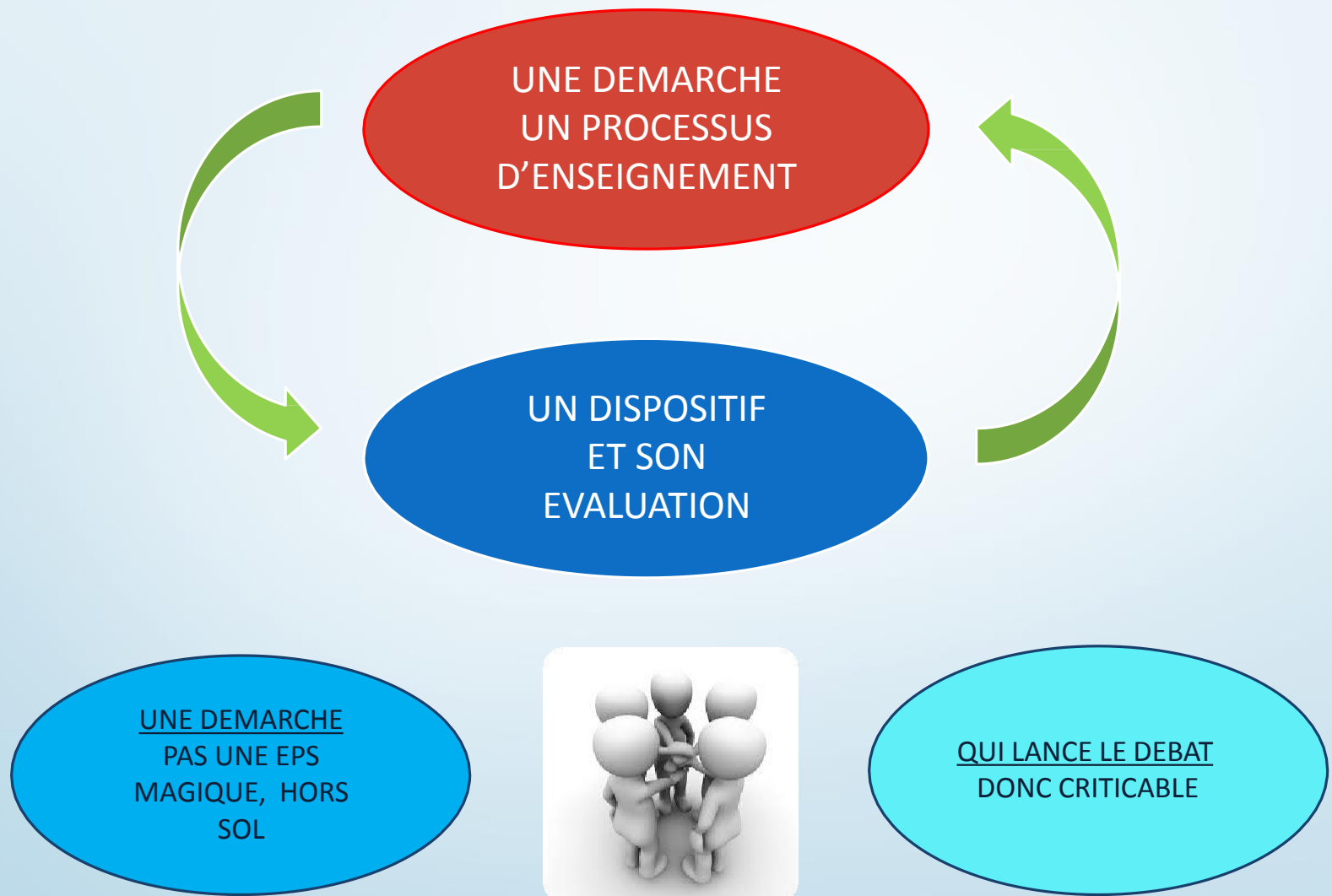
SOMMAIRE



- Une démarche issue de problématiques de terrain:
comment l'idée d'enseigner la natation « à contre-courant » a émergé ?
- Le dispositif: « vous allez vivre une expérience dont vous êtes le héros »
- Qu'en reste t-il ? : point de vue des acteurs
- Et maintenant, quels fonds restent à explorer ?
- A vos questions...



Un compte-rendu de pratique :



Une démarche issue de problématiques de terrain

comment l'idée d'enseigner la natation
« à contre-courant » a émergé ?

Des élèves qui
« touchent du mur »
sans réelle
motivation, pourtant
« ça tourne » !

**UN
PROBLEME
DE SENS ?**

Une incapacité à
repérer les progrès
réalisés et à faire vivre
une activité de
performance
pour tous

Ils ou elles s'ennuient,
ou ont besoin du regard
du prof

Peut-on avoir une
attitude empathique
centrée sur les
progrès

Une hétérogénéité
difficile à gérer :

Des tâches
différentes pour des
élèves si différents ?

Une activité
individuelle où
l'élève est seul face
à ses problèmes

(et peut se fondre
dans la masse)

comment l'idée d'enseigner la natation « à contre-courant » a émergé ?



UNE PREMIERE DIFFICULTE : L'HETEROGENEITE DES NIVEAUX

- Les très bon nageur(se)s (de club): une grande autonomie en eau profonde, des acquis solides mais aussi des éléments techniques perfectibles...
- Les élèves débrouillés : relativement autonomes en eau profonde, des acquis mais ont aussi des défauts de nage qui freinent leur progression
- Les élèves en difficulté: une autonomie en eau profonde limitée (accroche le mur ou la ligne d'eau sur 25m), une motricité anarchique avec une tête souvent hors de l'eau qui empêche toute progression.
- Les grands débutants : ne nagent pas en eau profonde, n'ont pas construit « le corps flottant » et sont même parfois terrorisés dans l'eau.
La présence de l'enseignant est indispensable

comment l'idée d'enseigner la natation « à contre-courant » a émergé ?



UNE AUTRE DIFFICULTE : L'HETEROGENEITE DES ATTITUDES

- Certains sont à l'écoute des consignes et s'appliquent
D'autres ne pensent qu'à s'amuser, ont des difficultés d'écoute, appliquent peu les consignes, s'accrochent aux lignes d'eau, au mur, attendent certains camarades de jeu
- Certains comprennent tout, tout de suite, sont impatiens d'aller nager
D'autres ont des difficultés de compréhension, ne ressentent pas ce qu'ils font. Ils ont besoin de démonstration, de conseils, et de ressentir
- Certains s'investissent à 100%, enchainent les longueurs
D'autres sont motivés mais s'arrêtent dès que cela nécessite un effort
Quelques uns s'arrêtent au moindre effort et peuvent gêner les autres

EN COURS DE NATATION, PLUS QUE DANS D'AUTRES APSA

- je suis partout (et donc nulle part?)
- j'ai souvent l'impression de ne pas avoir le temps d'aider tous mes élèves
- J'ai rarement le temps d'observer chacun(e), de mesurer les progrès
- J'ai souvent l'impression de manquer de temps
- Et je me pose souvent la question qui « fait mal »:

Qu'ont-ils réellement appris dans ma leçon ?

**ON EST D'ACCORD,
ON PEUT MIEUX FAIRE !**

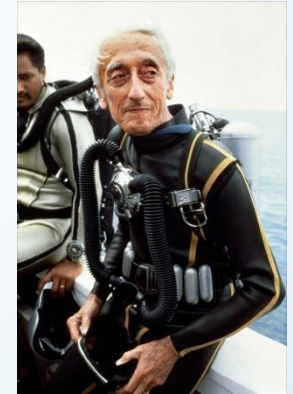


Actes du Colloque SNEP-FSU "L'EPS et l'école de demain" - nov.18
Intervention de Jérôme Guinot





Que peut-on proposer aux élèves pour à la fois
solutionner les problèmes d'hétérogénéité,
mais aussi donner accès à de réelles performances
en natation dans laquelle ils ou elles éprouvent de la fierté?



Construire un dispositif

- qui engage tous les élèves, facilite l'acquisition de techniques et leur permet de travailler en autonomie

Et surtout le faire vivre !

- donc qui me libère du temps pour intervenir, réguler, mesurer les progrès, enquêter sur l'activité réelle de mes élèves (ce qu'ils vivent, comprennent et ressentent)



DE PLAISIR

D'EXPERIENCES

MA
CONCEPTION
LAISSER DES
TRACES

DE CULTURE

INDELEBILES

ENSEIGNER,
CE N'EST PAS REMPLIR UN VASE
C'EST ALLUMER UN FEU

Montaigne

UN SCENARIO s'inspirant de la plongée qui perdure durant toutes mes leçons

1. Sauter du bateau: Entrer dans l'eau comme un plongeur
2. Pêcher en mer: S'immerger de plus en plus en profondeur
3. Récupérer de sa pêche:
Se déplacer de manière économique sur le dos
4. Gérer un coup de fatigue: Se reposer, alerter
5. Nager vite: Revenir en 10 sec vers le zodiac venu me secourir



LE DISPOSITIF



DES APPRENTISSAGES

- **ISSUS DU MONDE DE LA PLONGEE:** acquérir de l'aisance sous l'eau
- **D'ELEMENTS SECURITAIRES:** agir en situation d'urgence
- **ISSUS DE LA NATATION SPORTIVE:** créer, ressentir des sensations de vitesse en crawl

FORME DE GROUPEMENT

- **LE BINOME COMME FORME DE GROUPEMENT PRIVILEGIE POUR:**

Assurer la sécurité / informer / progresser / se transformer

LE MATERIEL: AVEC OU SANS, QUELS CHOIX?

- **UN ÉLÉMENT QUI FAIT PARTIE INTÉGRANTE DE LA PERFORMANCE**

Les palmes un élément fondamental du dispositif,
le pull-boy, la frite une aide temporaire



LES PALMES

un élément fondamental du dispositif :



- Elles apportent un côté ludique et motivant

Mais surtout

- Les apprentissages sont réinvestissables en dehors de l'école, notamment dans le cadre d'une randonnée palmée (finalité du dispositif)
- Un « Catalyseur des transformations » :
 - elles accentuent les défauts notamment au niveau des membres inférieurs,
 - elles aident les élèves à se focaliser sur d'autres éléments que les jambes,
 - elles peuvent parfois être des obstacles à l'apprentissage qu'il va falloir apprendre à surmonter notamment lorsqu'il faut s'immerger
- Elles jouent également le rôle « d'amplificateur d'expérience » : notamment dans l'atelier du zodiac (travail de survitesse), ou dans le travail de battements de jambes (travail de la souplesse de la cheville, éviter le « pédalage »)

LE DISPOSITIF



DES ATELIERS
FAIRE VIVRE
UNE EXPERIENCE MARQUANTE
UNE HISTOIRE COMMUNE

DES CHOIX À REALISER
« À LA CARTE »,
A SON NIVEAU
MAIS EN TOUTE LUCIDITÉ

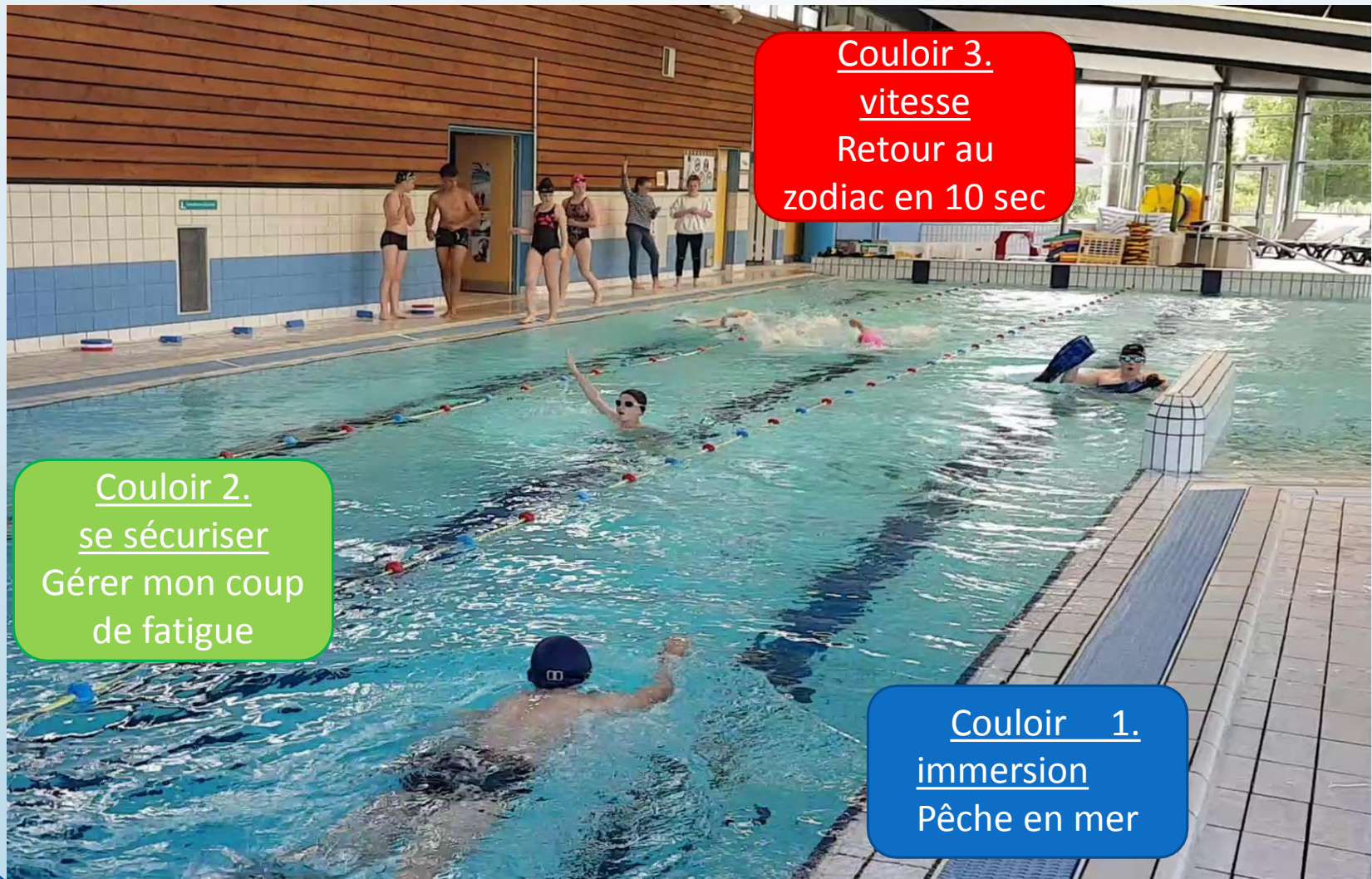
DES RÔLES UTILES
APPREHENDER L'HETEROGENEITE
COMME UNE RICHESSE
POUR LES APPRENTISSAGES

UN ORGANISATION MATÉRIELLE
PENSÉE

LES PALMES,
UNE AIDE POUR APPRENDRE,
UN CATALYSEUR DES
TRANSFORMATIONS



3 ATELIERS qui s'enchainent



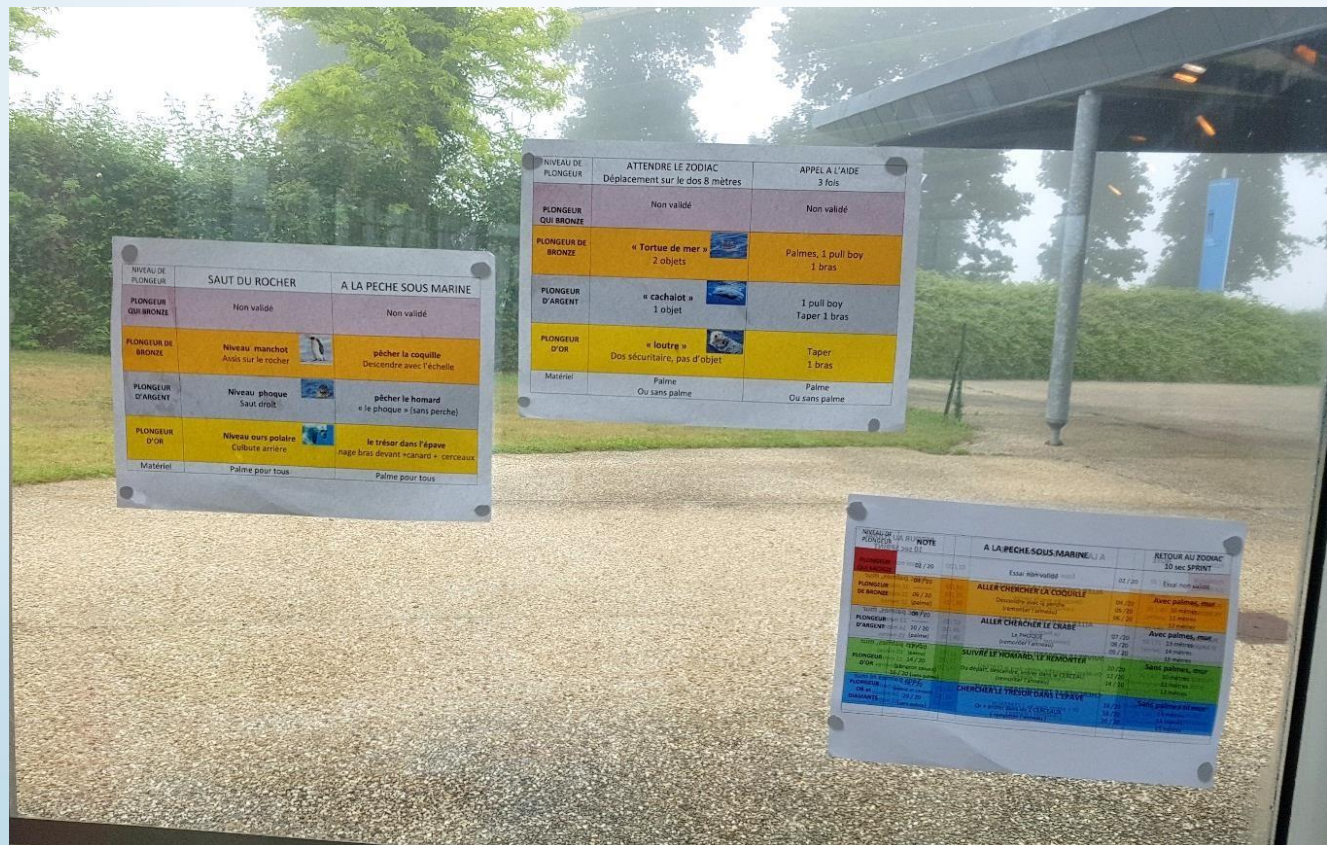
Couloir 3.
vitesse
Retour au
zodiac en 10 sec

Couloir 2.
se sécuriser
Gérer mon coup
de fatigue

Couloir 1.
immersion
Pêche en mer

DES NIVEAUX DE PERFORMANCE À ATTEINDRE (visibles, accessibles)

BRONZE / ARGENT / OR





Une activité individuelle
dans laquelle l'élève n'est
jamais seul
« une citoyenneté en acte »
cf rapport cnesco, 2015



Une « tranche de vie »
Mémorable qui rend
fier et qui donne envie
d'y revenir

M. Portes
(contrepied HS n°6, 2013)

Un enseignant
libéré des
contraintes qui
exerce sa mission:
faire apprendre

Un dispositif qui engage
l'élève dans une réelle
production de
Performances
(se dépasser sans cesse)



Une organisation qui
pousse aux progrès et à
l'autonomie (des choix
à faire dans un cadre
clair et immuable)
E. Morin: « il n'y a pas
d'autonomie pure »





Un dispositif qui responsabilise!

Je dois être prêt
quand c'est mon tour

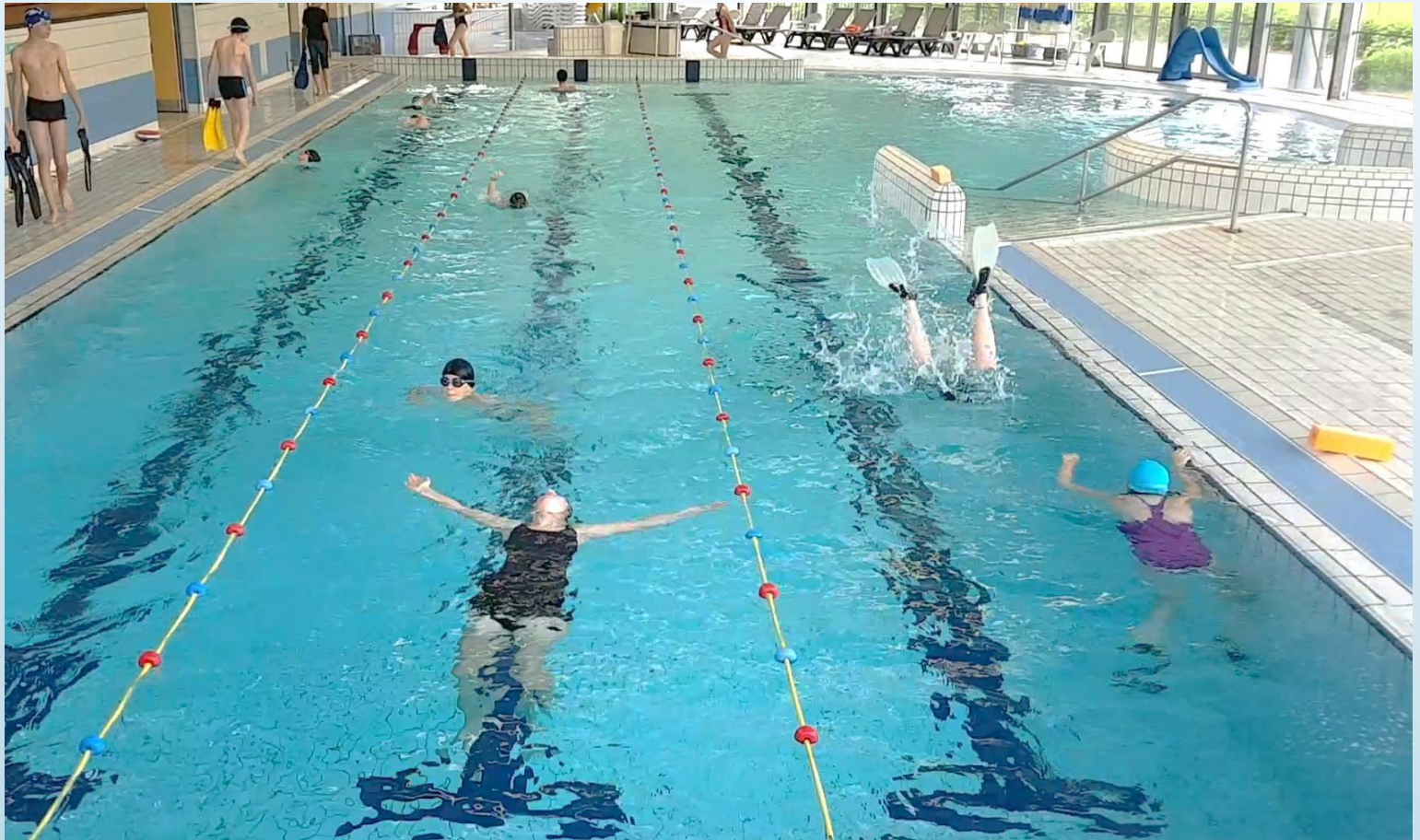
Je fatigue,
je dois rester lucide
dans l'épreuve, mais
aussi dans mes choix



**je dois remplir mon rôle, c'est à
dire être attentif en permanence
à mon binôme**

Les différents ateliers:

- 1, pêche en mer en binôme
- 2, se sécuriser sur le dos
- 3, sprinter





**Je dois être prêt
quand c'est mon tour**

**Couloir 3:
RETOUR AU
ZODIAC**

**je nage en crawl
sur 10 sec**

**Jusqu'au coup de
sifflet du starter**

**mon bonnet donne
la distance**

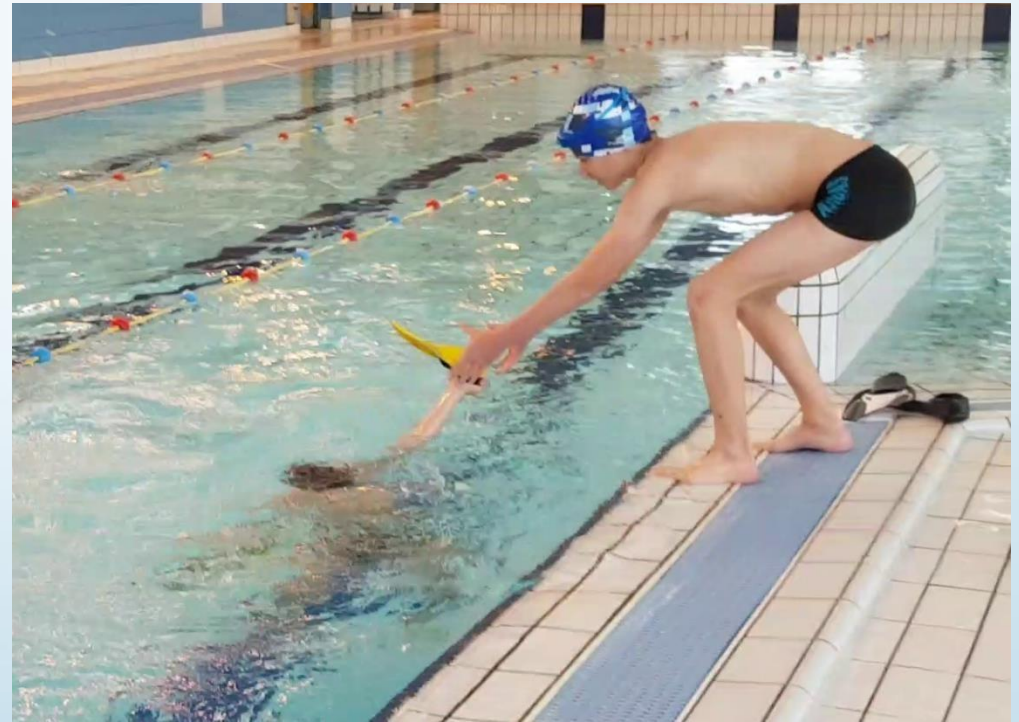
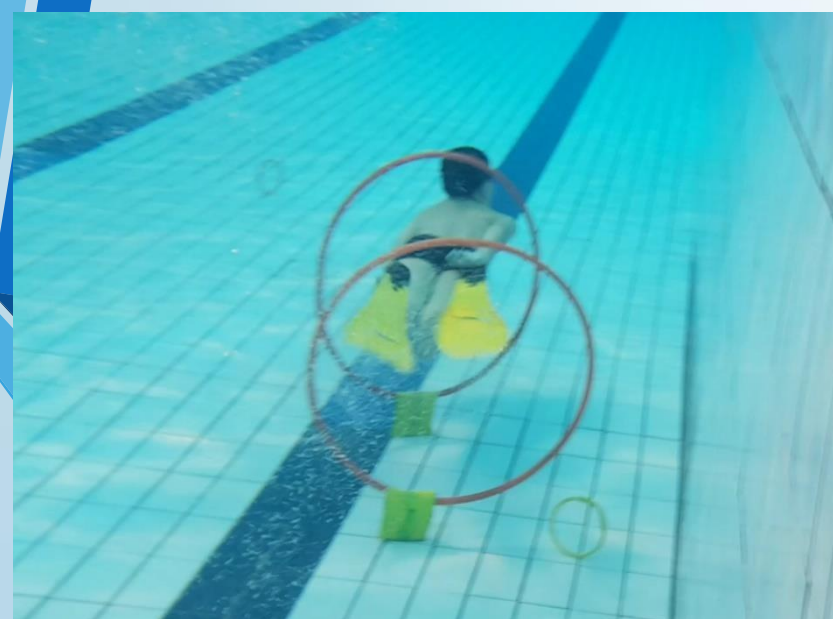
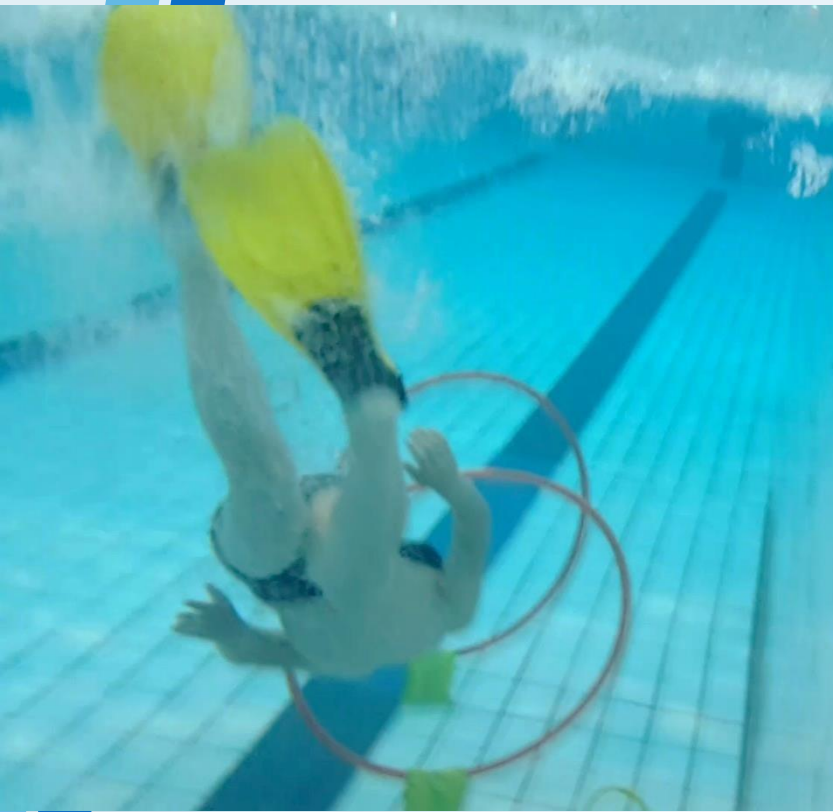


*Actes du Colloque SNEP-FSU "L'EPS et l'école de demain" - nov.18
Intervention de Jérôme Guinot*

Pêche en mer :

je passe dans les cerceaux
sans les toucher

je prends le risque d'enlever les palmes
(niveau argent et or)



Un bilan des acquis à chaque leçon pour se projeter dans la leçon suivante



Des inaptes qui m'aident à apprendre
et qui sont pressés de revenir nager !

starter, observateur, surveillance de son binôme, conseils...

UNE PERFORMANCE

- SUR SOI, SECURITAIRE:

réussir l'épreuve en temps contraint et sans reprise d'appui

- AUTO-REFERENCEE:






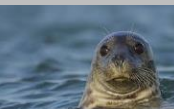




Des niveaux de performance à atteindre,

Plongeur(se), nageur(se) **d'or**, d'argent, **de bronze**

- CHRONOMETREE:

Faire la plus grande distance possible en 10 sec

LE DISPOSITIF AU DEPART

Scénario de l'épreuve	1	2	3	4	Distance
	SAUT DU ROCHER	PECHE EN MER	JEFATIGUE JEDOIS RESTER LUCIDE	RETOUR AU ZODIAC	
NIVEAU DE PERFORMANCE	ENTRER DANS L'EAU	S'IMMERGER	« DOS SECURITAIRE » APPEL A L'AIDE SE MAINTENIR EN SURFACE	NAGER VITE EN CRAWL SUR 10 SEC	
PLONGEUR DE BRONZE	Niveau ours Assis 	En descendant le long de l'échelle 	Avec palme + frite 	Palmes 	10 11 12 13
PLONGEUR D'ARGENT	Niveau manchot Saut droit 	En utilisant « le phoque » 	Avec palmes seulement 	Mur 	10 11 12 13
PLONGEUR D'OR	Niveau PRO Bascule arrière 	Niveau PRO Plongeon canard 	Niveau PRO Sans matériel	Niveau PRO Pas de mur	12 13 14 15
Matériel	Palme pour tous		Palme au choix		

EXEMPLE DE FICHE « ELEVE », PÊCHE EN MER

A AFFICHER SUR LE LIEU DE L'ATELIER

Plongeur, Plongeuse	<u>A LA PECHE SOUS-MARINE</u> : bascule arrière ou saut droit		
D'OR EXPERT(E)		CHERCHER LE TRESOR DANS LA GROTTESOUS-MARINE « canard » + entrer dans les 2 CERCEAUX SIMULTANEMENT sans les toucher	
D'OR		CHERCHER LE TRESOR DANS L'EPAVE Nager, plongeon-canard, entrer dans 1 CERCEAU	
D'ARGENT EXPERT(E)		SUIVRE LE HOMARD, LE REMONTER Technique du PHOQUE en GRANDE profondeur (remonter l'anneau)	
D'ARGENT		SUIVRE LE CRABE, LE REMONTER Technique du PHOQUE en profondeur MOYENNE (remonter l'anneau)	
DE BRONZE EXPERT(E)		ALLER CHERCHER L'HUITRE Descendre en soufflant accroupi + remontée rapide bras aux oreilles (remonter l'anneau)	
DE BRONZE		ALLER CHERCHER LA COQUILLE Descendre en soufflant en FAIBLE profondeur plat ventre (remonter l'anneau)	
QUI BRONZE		Non validé	

EXEMPLE DE FICHE « ELEVE », RETOUR AU ZODIAC

A AFFICHER SUR LE LIEU DE L'ATELIER

Nageur, Nageuse		<u>RETOUR AU ZODIAC</u> : 10 sec SPRINT	NOTE
D'OR EXPERT(E)		Sans palmes, Sans mur 15 mètres 14 mètres 13 mètres (Niveau or validé)	
D'OR		Sans palmes 12 mètres 11 mètres 10 mètres	
D'ARGENT EXPERT(E)		Sans palmes + mur 15 mètres 14 mètres 13 mètres (niveau argent validé)	
D'ARGENT		Sans palmes + mur 12 mètres 11 mètres 10 mètres	
DE BRONZE EXPERT(E)		Avec palmes + mur 15 mètres 14 mètres 13 mètres (niveau bronze validé)	
DE BRONZE		Avec palmes + mur 12 mètres 11 mètres 10 mètres	
QUI BRONZE		Non validé	

Qu'en reste t-il ?: point de vue des acteurs **BILAN OPERATION COUSTEAU**

Outils d'évaluation de la séquence :



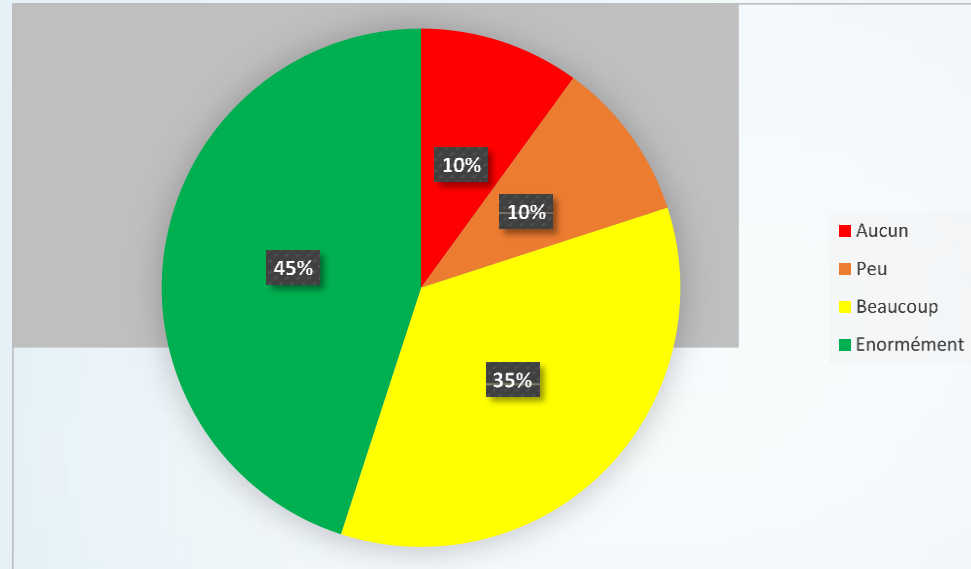
- questionnaire anonyme distribué en fin de cycle aux élèves de 2 classes qui ont vécu l'expérience (des typologies de classe bien distinctes)
- + Un bilan « à la volée » à chaque leçon
« La technique du pouce »
(en l'air, au milieu, ou en bas)



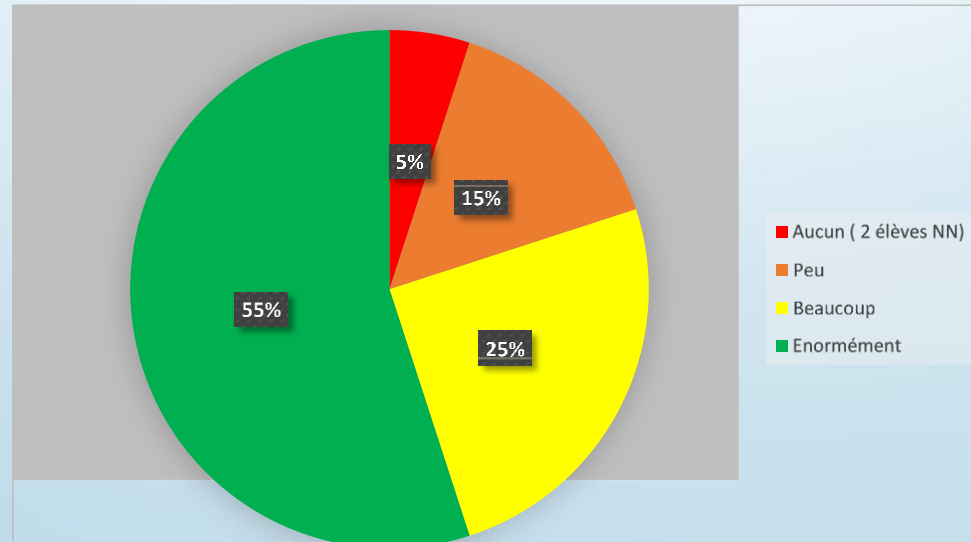
Le plaisir de nager (en début de séquence)



80% des élèves adhèrent fortement au dispositif !

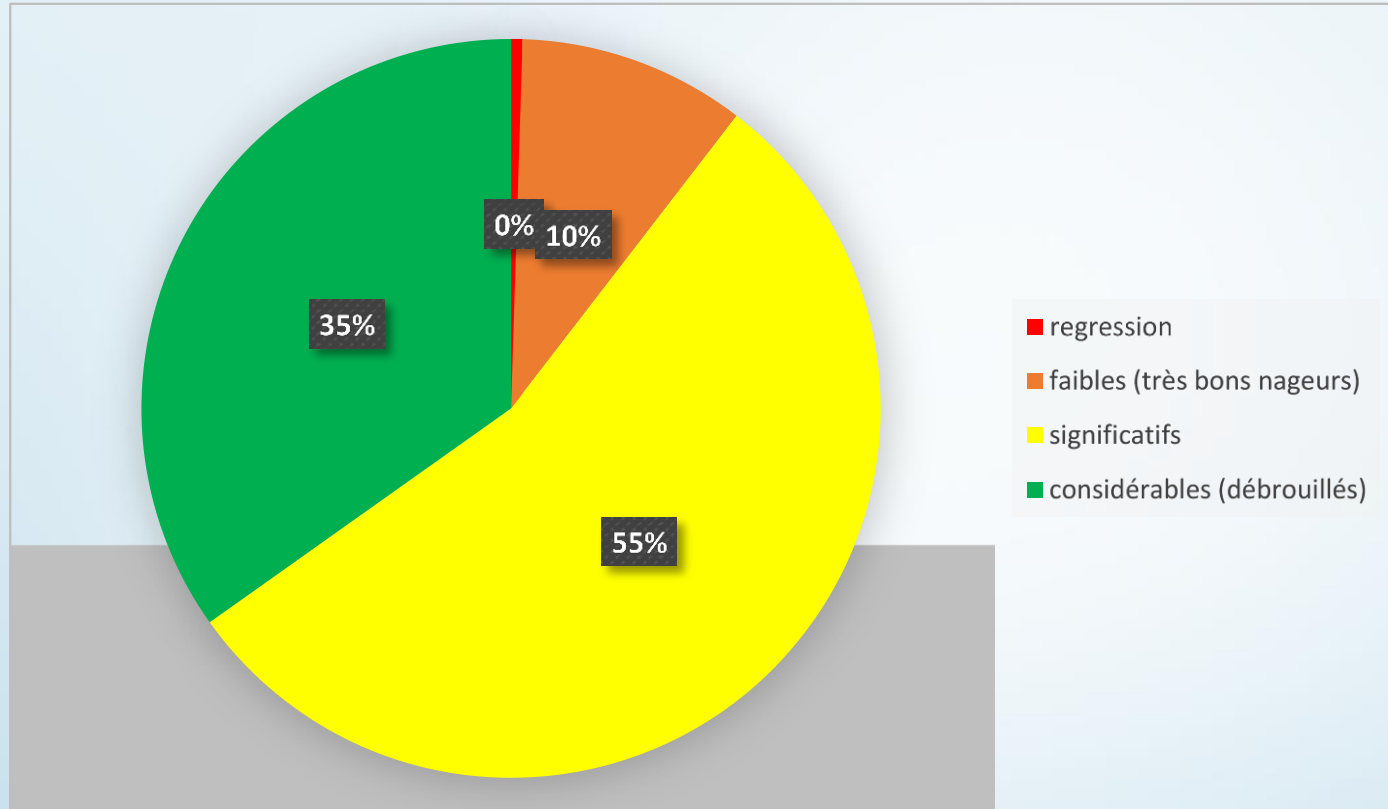


Le plaisir de nager (suite au dispositif)



Une évolution positive du plaisir de nager
Même si elle semble relative

Les progrès



**Un impact indéniable sur les apprentissages !
aux dires des élèves...**

Mais essayons d'aller plus loin dans l'analyse



BILAN DU QUESTIONNAIRE



Non nageurs (grands débutants + en difficulté)

- Ce qu'ils préfèrent le plus : **Ressentir la profondeur**
- Ce qu'ils aiment le moins : **rien pour la majorité,
l'entrée dans l'eau (2 élèves)**
- Ce qui les marque le plus : **Réussir ! apprendre !
(sans l'aide du bord)**
- Rôle de l'enseignant : **très important pour eux
aide, encouragement**

BILAN DU QUESTIONNAIRE

Nageurs débrouillés



- Ce qu'ils préfèrent le plus : **dos sécuritaire, recherche d'objets, les palmes, s'entraîner à 2**
- Ce qu'ils aiment le moins : **multiplier les longueurs sans but**
- Ce qui les marque le plus : **l'épreuve finale, avoir un juge, explorer la profondeur**
- Rôle de l'enseignant : **très important pour eux, aide, explique (pour 75% d'entre eux), mais parfois pas indispensable**

BILAN DU QUESTIONNAIRE

Nageurs confirmés



- Ce qu'ils préfèrent le plus : **40 % les entrées dans l'eau, 30 % l'épreuve avec palmes, et la recherche de vitesse**
- Ce qu'ils aiment le moins : **pour 80% rien, 10% faire des longueurs, et 10% l'épreuve de vitesse**
- Ce qui les marque le plus : **la nage sous-marine, les sensations de vitesse, « zodiac »**
- Rôle de l'enseignant : **très important (pour 90%), explique, guide, corrige, encourage et permet les progrès !**



Les mots qui te viennent à l'esprit quand tu repenses à « l'opération Cousteau »

++ Plaisir joie amitié entraide effort apprendre

+ Liberté Confiance autonomie aisance épuisant sensations

= Emotions réflexion risque choix technique égalité

Jamais peur incompréhension surprise souffrance ennuyeux

Et maintenant, quels fonds restent à explorer ? Comment ce dispositif évolue aujourd'hui ?

Le travail réalisé avec les élèves cette année



PLUS D'ENTRAIDE « MOTRICE »:

LE PLONGEUR ET SON GUIDE DE PALANQUEE

PLUS DE CODES POUR COMMUNIQUER:

APPRENTISSAGE DES SIGNES DE PLONGEE ELEMENTAIRES

PLUS D'APPRENTISSAGES SECURITAIRES:

APPRENTISSAGE DE LA MANŒUVRE DE VALSALVA, SURVEILLANCE
EFFECTIVE EN SITUATION, NAGER EN BINÔME !

PLUS D'AUTO-DETERMINATION DANS LES CHOIX:

DES CHOIX A FAIRE DANS L'ÉPREUVE MAIS AUSSI DANS LES SITUATIONS
D'APPRENTISSAGES PREPARATOIRES, DES EXERCICES CLES !














LES ACQUIS DES ELEVES DE 6^{ème} EN 2018

- **Ressentir la profondeur:**
100% valide le niveau bronze, 94 % en argent, 50 % en or
- **Se déplacer de manière économique sur le dos, appel à l'aide, surplace entre 15 et 20 sec:**
100% valide le niveau bronze, 93% en argent, 90% en or
- **Se déplacer le plus rapidement possible en crawl sur 10 sec:**
100% travaille le niveau bronze, 72% en argent, 30% en or

UN DISPOSITIF QUI EVOLUE, SE COMPLEXIFIE

Nage en binôme le premier 25m

Scénario de l'épreuve	SAUT DU ROCHER	PECHE EN MER AVEC UN GUIDE	J'EST FATIGUE JE RESEUL MON ENERGIE	RETOUR AU ZODIAC 10 sec	PERF Distance
NIVEAU DE PERFORMANCE	Entrer dans l'eau puis attendre son guide	Nager 25 mètres + Pêcher en eau profonde à la fin de la longueur	25 m sur le dos Appel à l'aide (après 15m) Dos immobile (10 sec au mur)	Nager vite en crawl puis au mur sortir de l'eau	
PLONGEUR DE BRONZE	Niveau ours Assis 	En descendant le long de l'échelle 	Avec palme + frite  	Palmes 	10 11 12 13
PLONGEUR D'ARGENT	Niveau manchot Saut droit 	En utilisant « le phoque » 	Avec palmes seulement 	Mur 	10 11 12 13
PLONGEUR D'OR	Niveau PRO Bascule arrière 	Niveau PRO Plongeon canard 	Niveau PRO Sans matériel	Niveau PRO Pas de mur	12 13 14 15
Matériel	Palme pour tous		Palme au choix		

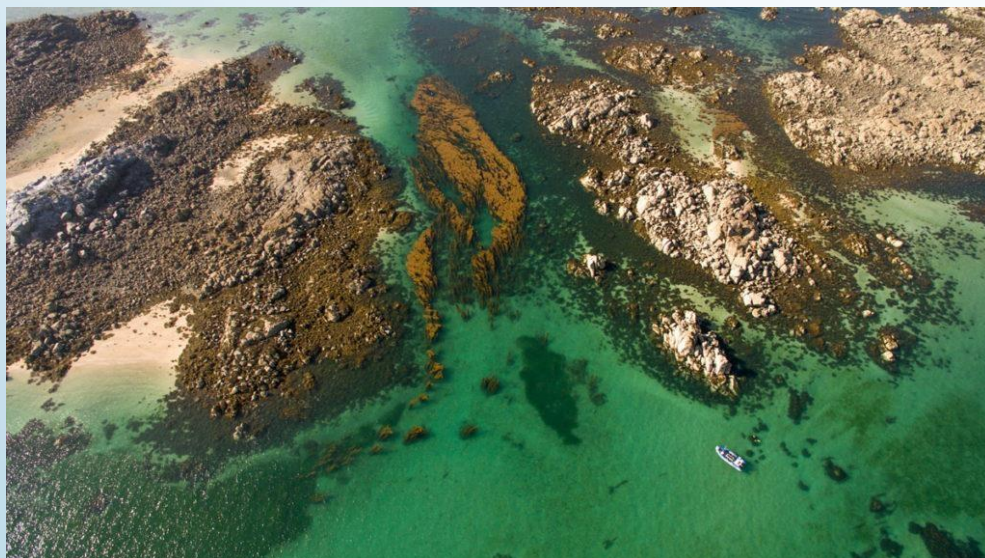


PERSPECTIVES A LA FIN DE LA SEQUENCE

Sensibilisation au respect
et à la préservation de l'environnement

Iles Saint Quay au large de ST-Brieuc

Réinvestissement des acquis



Organisation d'un séjour
pour initier les élèves à la randonnée palmée



PERSPECTIVES

**Travail autour de personnages du monde marin,
découvrir des champions d'exception dans leur domaine**

Commandant Cousteau / Les plongeuses de Jeju – Corée

J. Mayol / G. Nery

L. Manaudou / C. Muffat...





**Sur cette photo, le plus dangereux prédateur de la planète.
A côté de lui, un grand requin blanc nage paisiblement.**

OPERATION JACQUES MAYOL

DES APPRENTISSAGES D'UN NIVEAU SUPERIEUR

FORMALISER UN NOUVEAU DISPOSITIF,

UN NOUVEAU SCENARIO

- Intégrer de la « natation de durée » dans l'épreuve
- Du remorquage
- Approfondir les compétences de « plongeur(se) »:



vidage de masque / aller chercher ses palmes au fond / manœuvre de valsalva /
utilisation du tuba / palmage de sustentation

- Travailler sur les signes:
ok, je descends, je remonte,
fin de l'exercice..



Ça ne va pas



On monte



Ça va ? / j'ai compris
OK



"The sea, once it casts its spell, holds one in its net of wonder forever."

*"La mer, une fois qu'elle a vous jeté un
sort, vous tient dans son merveilleux
filet pour toujours.."*



Je vous remercie...



Actes du Colloque SNEP-FSU "L'EPS et l'école de demain" - nov.18
Intervention de Jérôme Guinot



EN RESUME

DES SITUATIONS CLES QUI SE REPETENT (3 ATELIERS) A CHAQUE LECON:

- **Zone « nager en binôme » sur le dos et sur le ventre** sur des longues distances pour gagner en efficacité (des choix en rapport avec ses besoins et ses envies)
- **Zone de travail de la vitesse** (tester / se centrer sur un élément...)
- **Zone d'aisance aquatique** (flottaison / immersion / entrée dans l'eau)

SE TESTER SUR L'EPREUVE (ou sur une partie de l'épreuve) A CHAQUE LEÇON

POUR L'ENSEIGNANT:

plus de guidage, de questionnement, d'écoute de leurs ressentis
Une meilleure analyse des problèmes « moteurs »
plus de confiance et de choix accordés aux élèves



UN PLAISIR D'APPRENDRE ET D'ENSEIGNER DECUPLE !



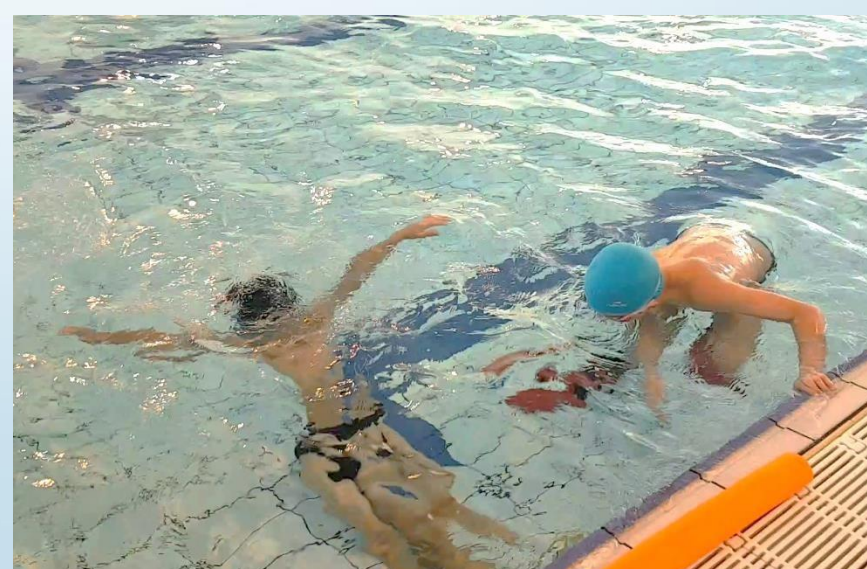
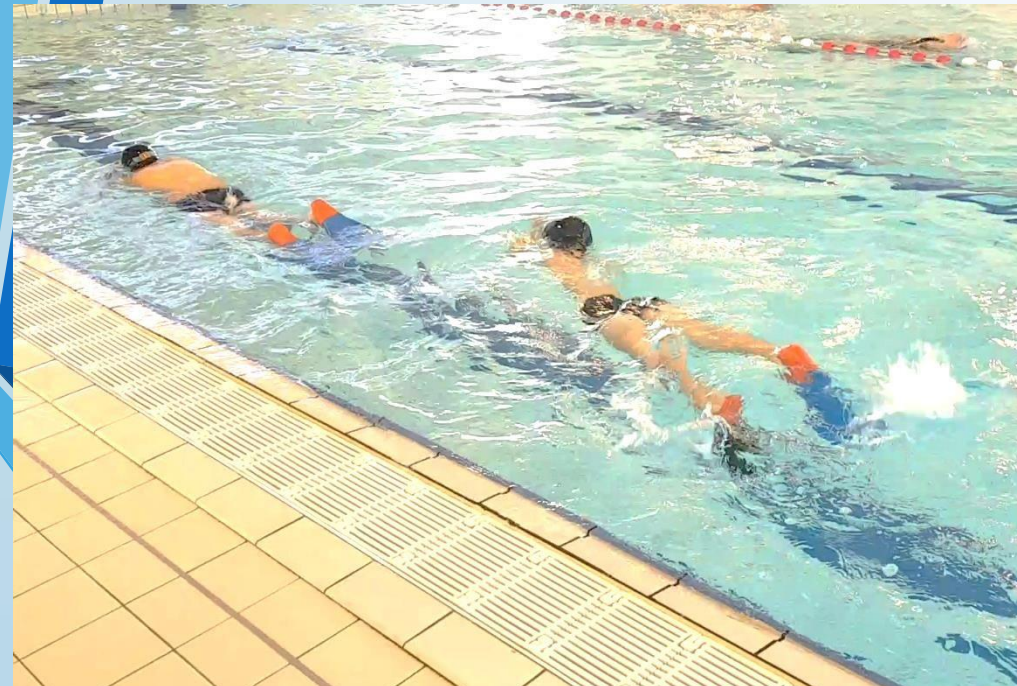
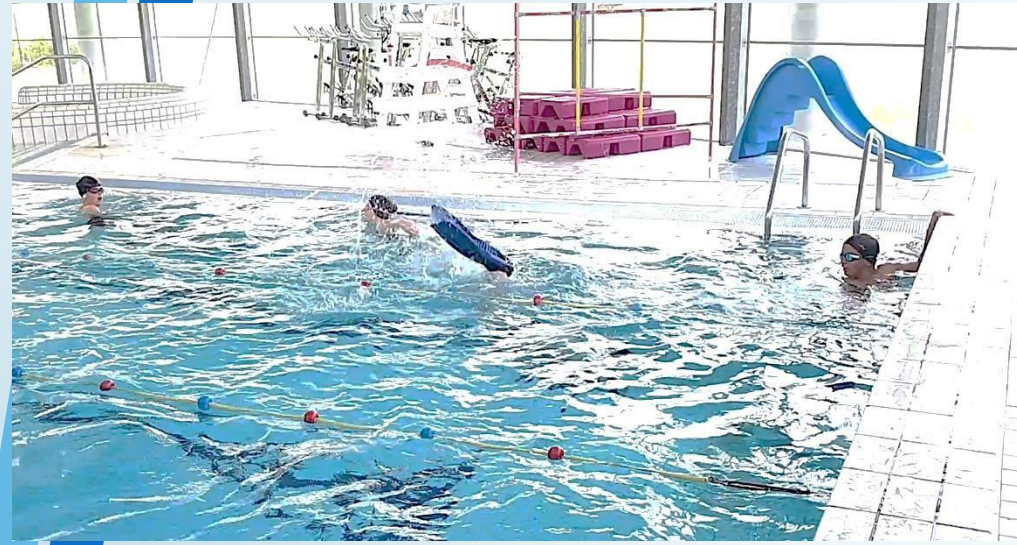
ANNEXES



https://www.youtube.com/watch?v=l9rWBxg_V60

<https://www.youtube.com/watch?v=LQsxSY8mG0A>

Entrainement en binôme: une situation clé



Entrainement
en binôme:

une situation clé
Qui se répète à
chaque leçon

Jouer sur les
paramètres:

Le matériel / la distance
La relation entre nageurs
sueur-suivi / côte à côte
Les contraintes d'exercice

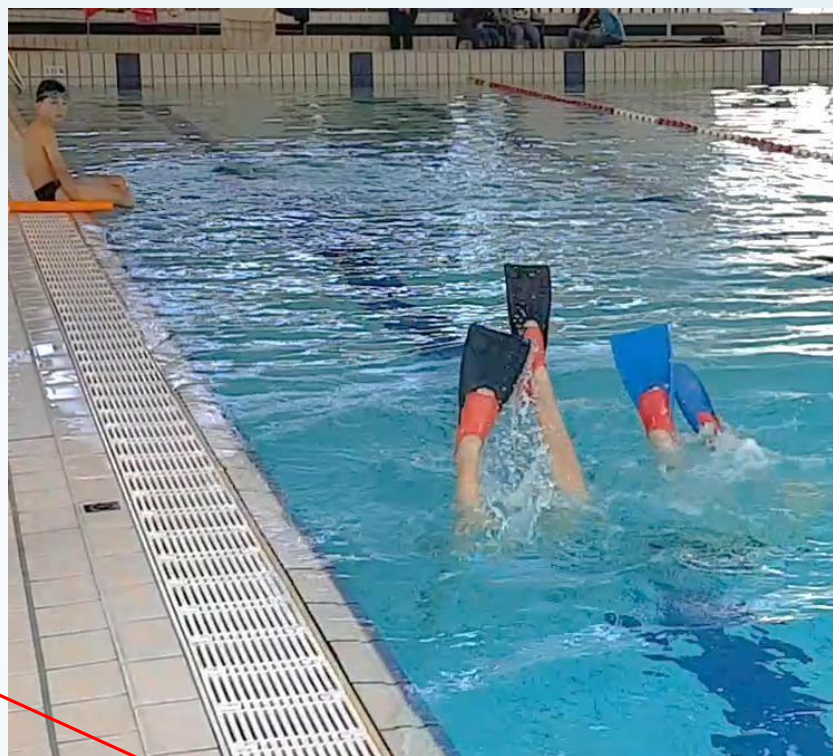


Côte à côte, ou suiveur / suivi:

Enchaîner
le « plongeon canard »
et « le phoque »

Sortie « dauphin » après « le phoque »

Pousser au fond avec ses jambes
bras aux oreilles



Se préparer et passer l'épreuve avec des choix faits en amont



SAUT DROIT



BASCULE ARRIERE



Un lien nageur(se) / juge Indispensable pour réaliser sa performance



Communiquer avec le bon signe:
« ok, ça va »