

Pour une EPS ambitieuse et réalisable:

Quelques principes:

(Référence: "EPS et Société primaire" (Claire Pontais))

- 1/ Une relation circulaire avec une autre discipline
- 2/ Une méthode avec des apprentissages identifiés et priorités
- 3/ Un jeu de référence en alternant des séances longues et courtes
- 4/ Un grand événement qui ponctue la séquence
- 5/ Peu de matériel



Enjeu: atteindre 3 à 4 séances d'EPS par semaine: [ressources pour aller plus loin](#)

Des apprentissages bien identifiés et priorités :

Référence: travaux de l'AEEPS (groupe plaisir)

A quoi joue-t-on en sport collectif ?

Qu'éprouve-t-on ?

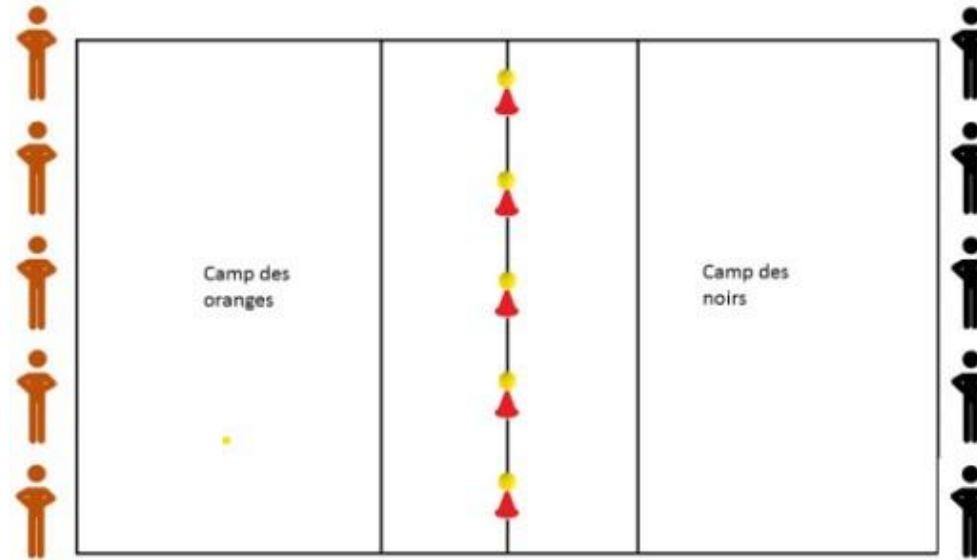
Quels sont les apprentissages prioritaires ?

Collaborer pour gagner

Un moment partagé

- Déterminer les rôles et les actions de chacun
- Construire et respecter des règles communes

Exemple en dodgeball: balle aux prisonniers sportive= Cycle 3



- **But du jeu** : Tenter de faire prisonnier tous les joueurs de l'équipe adverse, avec plusieurs ballons joués à la main (balle en mousse). 5 ballons si 5 joueurs de chaque côté.
- **Critères de réussite** : On a gagné quand on a plus de joueurs sur son terrain que l'équipe adverse à la fin de la partie (5min) ou que tous les adversaires sont éliminés.
- **Règles essentielles:**
 - Terrains strictement séparés. Interdiction de franchir ou de marcher sur la ligne médiane,
 - un joueur touché qui ne bloque pas la balle, devient prisonnier,
 - un joueur visé qui bloque le ballon (= à la volée), n'est pas pris et délivre le premier joueur de son équipe qui a été éliminé (ordre d'élimination),
 - Les passes dans l'équipe sont possibles mais ne sont pas obligatoires.

Une routine d'échauffement à partir de la manipulation de la balle:

Une routine d'échauffement en travaillant le lancer à bras cassé et la réception à deux mains:

But: préserver son intégrité physique, être en action rapidement, être dans une réussite immédiate:

Seul:

- Lancer le ballon au niveau des yeux et réceptionner à deux mains
- Lancer le ballon au dessus de la tête et réceptionner à deux mains
- Lancer le ballon-taper dans les mains (devant ou derrière) et réceptionner à deux mains
- Lancer-tourner autour de soi et réceptionner à deux mains
- Lancer-s'asseoir-se remettre debout et rattraper à deux mains.

A deux: en face à face (2 à 3m) se faire des passes sur 1 minutes: CE: passe à bras cassé (déroulé: épaule-coude-poignet, finir le geste vers le partenaire) et réceptionner à deux mains en porte voix:

- Se faire des passes avec le bon bras
- Se faire des passes avec le mauvais bras
- Se faire des passes en alternant bras droit-bras gauche
- Se faire des passes en réalisant une manipulation de la balle avant (autour de la tête, autour du buste, sous la jambe) (CE: importance de saisir la balle à une main (tous les doigts recouvrent la balle).
- Se faire des passes avec un rebond (CE: rebond doit se faire au milieu des deux partenaires)

A deux et en défi:

- 3X 1min de passes à bras cassé en spécifiant des motifs d'agir différents: défi pour soi (1 passe en plus) (but de maîtrise)/ Défi battre le record de la classe (but de performance)
- Idem en changeant de partenaires à chaque fois
- Idem en cumulant les passes pour le groupe classe

A deux et en mouvement:

- 10 passes statiques-course arrière (CE: regarder derrière soi)- tourner les épaules ou gainage-course avant
- Faire un aller-retour en se faisant des passes: 1 se déplace en avant et l'autre se déplace en arrière
- Faire un aller-retour en se faisant des passes en se déplaçant en pas chassés
- Se faire 3 passes en l'air puis changement de place et/ou 3 passes à rebond puis changement de place.

Eprouver la nécessité de la règle du jeu: construction d'un code commun autour des valeurs de la république

LIBERTE

- Viser tous les adversaires
- Liberté de déplacement dans son demi-terrain
- Passe possible entre partenaires, mais pas obligatoire= circulation du ballon
- Continuité de l'action= conservation de la balle sur un temps court (30'') (geste anti-fair-play)
- L'équipe et/ou prisonniers peuvent récupérer les ballons qui se trouvent de son côté à l'intérieur et l'extérieur.

EGALITÉ

- Avant le signal de l'arbitre « dodgeball » tous les joueurs sont positionnés au fond du terrain
- Rapport de force équilibré= Egalité des chances (3c 3, 4c4, 5c5)
- Toujours 3 à 5 ballons en jeu pour les deux équipes (ballons=nombre de joueurs)
- Egalité des chances= rapport de force peut vite s'inverser quand on prend le risque de gober le ballon

FRATERNITÉ

- Respecter les zones de touche= le corps (interdiction à la tête et aux parties intimes)
- Duel d'engagement= Deux joueurs en vis-à-vis: rester sur ses pieds, pas de glissade. Reculer derrière la ligne des 2 mètres avant de tirer.
- « Gobage » permet de sauver son camarade (ordre de sortie à matérialiser avec des plots)
- Partage des stratégies efficaces en cas de défaite
- Gagner avec humilité

Proposition d'une séquence : alternance de séances longues et de séances courtes:

Séances	Trame de cycle (prévisionnelle)	Apprentissages prioritaires
S1	Séance Longue: Un seul terrain, possibilité de diminuer le nombre de joueurs et le nombre de ballon en jeu Importance de faire vivre la nécessité de la règle pour jouer.	Construction du règlement autour des valeurs « Liberté (ballons en mouvement, continuité des actions)-Egalité (rapport de force équilibré, même nombre de ballon)-Fraternité- (respect des zones de touche) »
S2	Séance courte: Travail des actions d'attaque: les cibles fixes et mouvantes: Tir aux pigeons (objets) et la cible humaine (adversaire à 5m)	Tir à bras cassé Etre précis savoir esquiver
S3	Séance Longue: Un seul terrain, 2 équipes de 5 joueurs, 5 ballons. Les équipes réalisent l'engagement à tour de rôle.	Construction du règlement du dodgeball. Importance de la nécessité de la règle pour faire vivre les valeurs « Liberté-Egalité-Fraternité »
S4	Séance courte: Travailler l'esquive: Le survivant: Un tireur par équipe contre tous les autres membres de son équipe. Chaque joueur éliminé vient grossir les rangs des tireurs. Il ne peut en rester qu'un...	Etre attentif au placement des autres Prise d'information sur le camp des attaquants.
S5	Séance Longue: Un seul terrain, 2 équipes de 5 joueurs, 5 ballons. Introduction de l'engagement avec le duel entre deux joueurs. Etre très précis sur les consignes de sécurité.	Verbalisation des stratégies collectives pour gagner en efficacité (ex: conservation des ballons et envoyer tous en même temps pour prendre l'adversaire de vitesse)
S6	Séance courte: Travail des actions de défense: attraper et se protéger: l'attrapeur avec accélération(1c1), le peloton (tirs simultanés, 1 receveur), le bouclier d'or (1c1)	Attraper à la volée Enchaînement des actions de défense et d'attaque.
S7	Séance Longue: Un seul terrain ou deux terrains en fonction de la capacité d'auto-arbitrage des élèves, 2 équipes de 5 joueurs, 5 ballons. Introduction de l'engagement avec le duel entre deux joueurs. Etre très précis sur les consignes de sécurité.	Possibilité de travailler sur un recueil d'informations pour établir des statistiques de match Attaque: Nombre de tirs tentés/Nombre de joueurs éliminés Défense: Nombre de tirs parés (bouclier)-Nombre de tirs « gobés »

Ce qu'il y a à apprendre pour les élèves:

individuellement

Toujours prendre de vitesse l'adversaire et le toucher sans qu'il réussisse à bloquer (en visant fort, avec précision, en le surprenant).

Analyser rapidement la situation pour savoir s'il faut esquiver, tenter d'attraper le ballon (lecture de la trajectoire de balle), passer à un partenaire ou tirer.

Collectivement

Faire un plan d'action « à court terme »: qui doit-on tenter d'éliminer en premier? Comment se répartir dans l'espace? Conservation des ballons?

Prendre une décision en fonction de la lecture du jeu: notre équipe est-elle en situation dominante ou dominée.

Savoir analyser rapidement la situation pour maintenir un équilibre entre les prisonniers et les partenaires.

La démarche pour construire une séquence

PREMIERE ETAPE

- Faire des équipes hétérogènes et établir les règles. Le premier jeu peut être le jeu classique de la balle au prisonnier (éventuellement pratiqué au cycle 2). Il faut plusieurs séances pour intégrer toutes les règles (notamment, quand est-on prisonnier ou pas? Rebond, blocage, ect.)
- Organiser strictement la rentrée et la sortie des prisonniers sur le terrain (répartition sur un banc avec l'ordre de sortie).
- Ce jeu ne nécessite pas d'arbitre. L'auto-arbitrage est un apprentissage important, même s'il est parfois conflictuel. L'enseignant(e) est le/la garante de la règle qui doit être précise et bien comprise. L'auto-arbitrage facilite également la multiplication des terrains où le jeu se pratique en autonomie et permet ainsi une plus grande quantité de pratique et d'être plus efficace en matière d'apprentissage. Les élèves doivent comprendre qu'un règlement n'est pas immuable et que chaque règle a son intérêt. Une affiche peut être nécessaire pour garder la « mémoire » des règles.
- Exemples de règles qui peuvent évoluer : Taille du terrain / nombre de joueurs (ne pas dépasser 5 à 6 élèves, cela fait trop d'informations pour les élèves débutants ou timorés). Diminuer le nombre de ballons pour diminuer la prise d'information. Réaliser des équipes en fonction des intentions de jeu: « jouer fort » ou « jouer avec précision ». Interdiction de courir avec la balle dans l'espace de jeu (donc passes pour se rapprocher). Introduire des cartes avec des pouvoirs pour toujours équilibrer le rapport de force et permettre l'égalité de chances.

DEUXIEME ETAPE

- Elle consiste à vraiment exploiter le jeu par un travail sur les stratégies efficaces sur des collaborations, organisations, planifications collectives.
- Les élèves peuvent commencer à être impliqués dans des tâches d'observation et avec l'aide de l'enseignante (par exemple, commenter le travail d'un joueur ou d'une équipe et essayer de repérer les actions positives). Ce travail peut aussi donner lieu à des affiches (nos stratégies efficaces), il est intéressant lors des phases de verbalisation en groupe classe. Etablir des statistiques de match.
- La réglementation peut encore évoluer à la marge si nécessaire (ex: geste anti-fair-play)

TROISIEME ETAPE

- Un ou des tournois internes à la classe (si l'on dispose de plusieurs terrains) ou avec une ou d'autres classes.
- Tournoi d'école avec des ambassadeurs (élèves ayant vécu le cycle de dodgeball) qui expliquent les règles aux joueurs.
- Travail interdisciplinaire autour d'un conte ou de l'histoire-géographie (exemple expérimentation à Mazères: avec les ceintures des chevaliers au musée d'Ardouin).

Pour aller plus loin : réinventer les règles:

A vous de jouer :

Nom de la règle	Qui?	Temps?	Action ?	Bonus ou Malus ?	Pour aller plus loin dans les sports collectifs (rubrique enseignant)

Exemple de jeu de cartes réalisé à l'école de Mazères : [cliquez ici](#)

Memento: comment jouer avec les règles en sports collectifs:

- Le nombre de joueurs et de joueuses: plus il est important, plus le jeu est complexe (augmentation du nombre d'informations et des décisions tactiques). Dans un premier temps privilégier les jeux à effectif réduit (3c3 ou 4c4)
- En sport collectif, le plaisir c'est de MARQUER: pour cela il faut favoriser l'attaque (augmenter la taille des cibles, diminuer la hauteur des cibles, protéger un plot, augmenter le nombre de buts, enchaîner les actions de marque, désigner des joueurs-buts)
- Taille et forme du terrain. Quand le terrain est large et peu profond, j'évite la prise de vitesse.
- Taille des ballons
- Développer des compétences de tir: s'il n'y a qu'un seul exercice à proposer, c'est l'entraînement au tir.
- Importance de consacrer du temps à la composition des équipes (hétérogènes ou non, cela dépend). Dans tous les cas, c'est l'enseignant(e) qui réalise la constitution des équipes et qui se donne le droit de rééquilibrer le rapport de force=le plaisir du jeu reste la priorité

Mémento pour l'arbitrage:

Quelques pistes:

- Identifier les lignes rouges à ne pas franchir: règles de sécurité, non négociables, peu nombreuses (3 maximum).
- Eviter la prise de décision et/ou de sanction dans l'urgence= essayer au maximum de différer= Appel au Hawk-Eye= Arbitres supplémentaires- ou arbitre par action
- Situation organisée autour du principe collaboratif= code commun à construire (lignes jaunes, négociables)= pour équilibrer les rapports de force avec cartes pouvoirs: protection de certains joueurs, sécurité affective, pouvoir en plus à d'autres joueurs. Mise en place de maîtres du jeu.
- Temporiser la réaction en sortant l'élève du jeu temporairement en prenant appui sur la fiche outil (météo des émotions, émotions ressenties, règles franchies: ligne jaune ou ligne rouge, solutions sur la réaction plus adaptée à déterminer ensemble).

Un outil pour essayer de temporiser une réaction:

En ce moment, je me sens



Je ressens



J'ai franchi

Une ligne rouge

Une ligne jaune

Pour me calmer, je peux

Respirer

Sortir de groupe

Parler