

# ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Les ressources pour construire l'enseignement

Champ d'apprentissage « Adapter ses déplacements à des environnements variés »

## L'explicitation des attendus de fin de cycle

### Quelles acquisitions pour accéder aux attendus de fin de cycle 3 du champ d'apprentissage n°2 ?

ATTENDU DE FIN DE CYCLE 3 (CA 2) : RÉALISER, SEUL OU À PLUSIEURS, UN PARCOURS DANS PLUSIEURS ENVIRONNEMENTS INHABITUELS, EN MILIEU NATUREL AMÉNAGÉ OU ARTIFICIEL

#### EXPLICITATION DE L'ATTENDU

**Sécuriser et maîtriser un déplacement** dans un **environnement inhabituel** peu anxiogène.  
Anticiper un déplacement en lisant le milieu.

**La préparation du projet peut faire l'objet d'une collaboration** ; sa réalisation engage préférentiellement l'élève, seul ou en binôme, à des rôles différenciés.

**Les itinéraires proposés :**

- **sont de difficultés variées** (longueurs et pentes) **mais de complexité modeste** (nombre d'indices et de combinaisons possibles) ;
- **exigent la réalisation d'un projet de déplacement finalisé permettant le retour** au point de départ ;
- **imposent l'usage d'un matériel et de procédures de sécurité.**

**Le ou les itinéraires est ou sont choisis par l'élève lui-même parmi** plusieurs possibles proposés par l'enseignant.

REPÈRES DE DIFFICULTÉS CHEZ L'ÉLÈVE	CONNAISSANCES ET COMPÉTENCES À ACQUÉRIR PAR L'ÉLÈVE	LIENS AVEC LES CG ET LES DOMAINES DU SOCLE
<p><b>Dans la réalisation motrice :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• se doter d'une <b>nouvelle motricité qui remet en cause l'équilibre et la propulsion</b> ;</li> <li>• établir des <b>liens entre une lecture globale avant l'action</b> et celle exigée <b>pendant l'action</b> ;</li> <li>• <b>traiter en simultanée</b> et non en successif 3 activités <b>d'équilibration, de propulsion et de lecture du terrain.</b></li> </ul> <p><b>Dans la prise d'informations :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• lire le milieu et / ou ses représentations (cartes) <b>pour y prélever des indices essentiels</b> ;</li> <li>• <b>prélever des indices pertinents</b> parmi des indices nombreux et de plus en plus complexes ;</li> <li>• anticiper les actions à réaliser.</li> </ul> <p><b>Dans la décision et la conduite du projet :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• s'engager en établissant une stratégie ;</li> <li>• se <b>centrer sur et mémoriser autre chose que des indices simples de façon isolée</b> ;</li> <li>• se focaliser sur autre chose que le <b>début de l'itinéraire</b> ;</li> <li>• utiliser autre chose qu'un projet de déplacement unique ;</li> <li>• <b>conserver sa lucidité en situation de stress et de fatigue.</b></li> </ul>	<p><b>Pour le premier degré</b></p> <p><b>Savoir se préparer, disposer des procédures de sécurité</b>, identifier les repères du milieu pour se mettre en sécurité, s'équiper.</p> <p><b>Se doter des premières techniques et habiletés motrices</b> afin de parvenir à se déplacer pour nager, grimper, rouler, courir en s'orientant, naviguer, à son niveau dans l'espace sécurisé.</p> <p><b>Enrichir les techniques et habiletés pour choisir des déplacements variés</b> (sens, rotation, équilibre, niveau de difficulté, etc.).</p> <p><b>Savoir suivre un itinéraire prédéfini puis choisir un itinéraire</b> de déplacement.</p> <p><b>Savoir se réorienter</b> en cas d'erreur de déplacement.</p> <p><b>Pour le second degré</b></p> <p><b>Passer d'un déplacement spontané réactif</b>, couteux en temps et en énergie <b>à un déplacement choisi à partir des indices pertinents</b> (points remarquables).</p> <p><b>Passer d'un déplacement à partir d'indices simples</b> à une identification <b>des zones clefs</b> à décoder avant l'action.</p> <p><b>Dans la décision</b> (de déplacement ou de sécurité), <b>passer d'une centration exclusive sur soi à la prise en compte du point de vue de l'autre</b> dans une <b>mutualisation du risque</b> et du projet de déplacement.</p> <p><b>Passer de la méconnaissance de l'environnement</b> naturel sensible à la prise de conscience de <b>la nécessité de le préserver.</b></p>	<p><b>D1 : « Les langages pour penser et communiquer » :</b> « Il s'exprime par des activités, physiques, sportives ou artistiques, impliquant le corps ».</p> <p><b>CG1 :</b> « Acquérir des techniques spécifiques pour améliorer son efficacité. Utiliser un vocabulaire adapté pour décrire la motricité d'autrui et la sienne ».</p> <p><b>D4 : « Les systèmes naturels et techniques / apprendre à entretenir sa santé ».</b></p> <p><b>CG4 :</b> « Apprendre à entretenir sa santé par une activité physique régulière ».</p> <p><b>D5 : « Les représentations du monde et l'activité humaine »</b></p> <p><b>CG5 :</b> « S'approprier, exploiter et savoir expliquer les principes d'efficacité d'un geste technique. Acquérir les bases d'une attitude réflexive et critique vis-à-vis du spectacle sportif... ».</p>

## ATTENDU DE FIN DE CYCLE 3 (CA 2) : CONNAÎTRE ET RESPECTER LES RÈGLES DE SÉCURITÉ QUI S'APPLIQUENT À CHAQUE ENVIRONNEMENT

## EXPLICITATION DE L'ATTENDU

Connaître pour **chaque environnement les indicateurs qui annoncent les risques spécifiques** (risques de se noyer, de chuter, de se perdre ...).

**Tenir compte du milieu et de ses évolutions** (vent, eau, végétation, etc.) pour **modifier et adapter son déplacement**.

**Chaque environnement contient des contraintes sur le déplacement qui imposent des règles générales et spécifiques de sécurité et de déplacement.**

Chaque **projet de déplacement** sur des itinéraires choisis est l'occasion **d'éprouver en actes la nécessité de respecter scrupuleusement les règles** de sécurité active et passive.

REPÈRES DE DIFFICULTÉS CHEZ L'ÉLÈVE	CONNAISSANCES ET COMPÉTENCES À ACQUÉRIR PAR L'ÉLÈVE	LIENS AVEC LES CG ET LES DOMAINES DU SOCLE
<p><b>En dehors des zones dangereuses, le risque est rarement anticipé.</b></p> <p>En situation stressante et / ou stimulante, <b>la sécurité n'est pas perçue comme nécessaire</b> ou comme <b>efficace</b>.</p> <p><b>Le parcours est perçu</b> dans sa globalité <b>indépendamment de ses exigences</b>.</p> <p><b>L'engagement se fait sans anticipation des risques</b> sub-jectifs et des contraintes liées à la sécurité, à la gestion du matériel et de l'organisation.</p> <p><b>Le partenaire subit le déplacement.</b></p>	<p><b>Pour le premier degré</b></p> <p><b>Connaître : les règles d'équipement, les limites de sécurité, les procédures de sécurité pour soi.</b></p> <p><b>Situer son niveau de capacités motrices</b>, ses ressources, ses possibilités de performance.</p> <p><b>Passer d'une méconnaissance des risques à une identification</b> de chacun d'entre eux spécifiquement.</p> <p><b>Passer d'un engagement spontané sans contraintes à un engagement cadré</b> par un protocole simple.</p> <p><b>Passer d'une posture d'engagement individuel spontané à celle d'acteur de sa propre sécurité et de celle des autres.</b></p> <p><b>Pour le second degré</b></p> <p><b>Passer d'un déplacement à vue partiellement finalisé à la réalisation du parcours intégrant le retour en toute sécurité.</b></p> <p><b>Passer d'un usage aveugle du matériel mis à disposition à sa vérification par les élèves</b> sous le contrôle de l'enseignant.</p>	<p><b>D2 : « Des méthodes et outils pour apprendre » :</b></p> <p><i>« En classe, l'élève est amené à résoudre un problème, comprendre un document, rédiger un texte, prendre des notes, effectuer une prestation ou produire des objets. Il doit savoir ... prendre la parole, travailler à un projet, s'entraîner en choisissant les démarches adaptées aux objectifs d'apprentissage préalablement explicités.</i></p> <p><i>La maîtrise des méthodes et outils pour apprendre développe l'autonomie et les capacités d'initiative ; elle favorise l'implication dans le travail commun, l'entraide et la coopération ».</i></p> <p><b>CG2 :</b></p> <p><i>« Préparer - planifier - se représenter une action avant de la réaliser.</i></p> <p><i>Répéter un geste sportif ou artistique pour le stabiliser et le rendre plus efficace.</i></p> <p><i>Construire et mettre en œuvre des projets d'apprentissage individuel ou collectif.</i></p> <p><i>Utiliser des outils numériques pour analyser et évaluer ses actions et celles des autres ».</i></p>

## ATTENDU DE FIN DE CYCLE 3 (CA 2) : IDENTIFIER LA PERSONNE RESPONSABLE À ALERTEUR OU LA PROCÉDURE EN CAS DE PROBLÈME

## EXPLICITATION DE L'ATTENDU

Prendre connaissance des procédures, les comprendre pour agir.

Former un citoyen capable de réagir face à un accident.

Disposer des repères pour mettre en œuvre les conduites à tenir :

- Qui appeler ?
- Où est l'enseignant, l'adulte ?

REPÈRES DE DIFFICULTÉS CHEZ L'ÉLÈVE	CONNAISSANCES ET COMPÉTENCES À ACQUÉRIR PAR L'ÉLÈVE	LIENS AVEC LES CG ET LES DOMAINES DU SOCLE
<p>Les signes de détresse du pratiquant sont méconnus ou ignorés.</p> <p>L'attention aux autres élèves n'est présente que lorsque l'enseignant rappelle la consigne.</p> <p>Les situations à risque ne sont pas identifiées comme telles.</p> <p>L'inquiétude ou l'anxiété sont inhibitrices en cas d'incident.</p>	<p><b>Pour le premier degré</b></p> <p>Connaître les procédures pour se mettre en sécurité, se sauver.</p> <p>Connaître les procédures pour alerter.</p> <p>Être capable de tenir régulièrement les rôles autres que celui de nageur, d'escaladeur, de coureur, de skieur, etc.</p> <p><b>Pour le second degré</b></p> <p>Adopter immédiatement un autre rôle dès que l'élève a fini d'être pratiquant (observer, juger, aider, etc.).</p> <p>Passer d'une posture d'observateur passif à une posture active basée sur les connaissances requises pour faire face en cas de problème : jouer son rôle (préalablement défini, éventuellement dans une simulation de secours fictif).</p> <p>Prendre les mesures de sécurité lors d'une simulation d'accident.</p>	<p><b>D3 : « La formation de la personne et du citoyen » :</b></p> <p>« L'élève comprend et respecte les règles communes ».</p> <p>« L'élève est attentif à la portée de ses paroles et à la responsabilité de ses actes ».</p> <p>« L'élève coopère et fait preuve de responsabilité vis-à-vis d'autrui ».</p> <p><b>CG3 :</b></p> <p>« Respecter, construire et faire respecter règles et règlements. Prendre et assumer des responsabilités au sein d'un collectif pour réaliser un projet ou remplir un contrat. Agir avec et pour les autres, en prenant en compte les différences ».</p>

## ATTENDU DE FIN DE CYCLE 3 (CA 2) : VALIDER L'ATTESTATION SCOLAIRE DU SAVOIR NAGER (ASSN), CONFORMÉMENT À L'ARRÊTÉ DU 9 JUILLET 2015

## EXPLICITATION DE L'ATTENDU

L'ASSN est une réelle <b>attestation de compétence</b> . L'ASSN a une <b>visée sécuritaire</b> . L'ASSN <b>autorise l'accès aux loisirs aquatiques</b> .	<b>Maîtriser ses actions dans le milieu aquatique.</b>
<b>Identifier le responsable de surveillance.</b>	<b>Se conformer aux règlements.</b>

REPÈRES DE DIFFICULTÉS CHEZ L'ÉLÈVE	CONNAISSANCES ET COMPÉTENCES À ACQUÉRIR PAR L'ÉLÈVE	LIENS AVEC LES CG ET LES DOMAINES DU SOCLE
<p><b>La peur de l'eau conduit à un refus d'immersion de la tête.</b></p> <p><b>La profondeur est source de stress.</b> Le nageur est « apnéiste » ou « bouchon ».</p> <p><b>La crainte de l'immersion conduit à un déplacement vertical</b> (appuis au sol intermittents, nage la tête très hors de l'eau, les pieds restent au fond).</p> <p><b>Les mouvements des bras et jambes</b> ne sont pas encore réalisés ensemble.</p> <p><b>Les actions de propulsion sont inadaptées.</b> Les jambes sont considérées comme une aide à la propulsion au détriment des bras, mettant ainsi en inconfort respiratoire à cause de la forte dépense énergétique.</p> <p><b>La dépense énergétique est trop lourde.</b> Le « partir » ne permet pas de « revenir » par manque de gestion de ses ressources.</p>	<p><b>Accepter l'eau pour s'y mouvoir dessus et dessous. Passer d'une peur de l'eau à une exploration active de l'eau et des différents modes d'entrée dans l'eau :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• entrer dans l'eau (escalier, échelle, saut, plongeon) et s'y repérer en conservant des appuis solides ;</li> <li>• immerger le tronc, les épaules, la tête, le corps ;</li> <li>• respirer de manière aquatique.</li> </ul> <p><b>Changer de posture pour s'adapter au milieu.</b></p> <p><b>Passer d'un déplacement dans l'eau avec un corps encore trop vertical à un déplacement plus à l'horizontal :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• accepter la perte d'appui plantaire ;</li> <li>• se laisser flotter, et remonter passivement ;</li> <li>• s'équilibrer par des appuis fuyants ;</li> <li>• s'aligner pour glisser et plonger ;</li> <li>• se propulser par train séparé (bras et jambes) ;</li> <li>• enchaîne les actions propulsives et de glisse mais ne les coordonne pas et ne synchronise pas.</li> </ul> <p><b>Passer d'un déplacement sur l'eau à un déplacement sur l'eau dans plusieurs directions et sous l'eau.</b></p> <p><b>Passer d'un déplacement ventral unique à un déplacement dans plusieurs directions sur le ventre et un déplacement sur le dos.</b></p>	<p><b>D3 : « La formation de la personne et du citoyen » :</b></p> <p>« L'élève comprend et respecte les règles communes ».</p> <p>« L'élève est attentif à la portée de ses paroles et à la responsabilité de ses actes ».</p> <p>« L'élève coopère et fait preuve de responsabilité vis-à-vis d'autrui ».</p> <p><b>CG3 :</b></p> <p>« Respecter, construire et faire respecter règles et règlements. Prendre et assumer des responsabilités au sein d'un collectif pour réaliser un projet ou remplir un contrat. Agir avec et pour les autres, en prenant en compte les différences ».</p>

REPÈRES DE DIFFICULTÉS CHEZ L'ÉLÈVE	CONNAISSANCES ET COMPÉTENCES À ACQUÉRIR PAR L'ÉLÈVE	LIENS AVEC LES CG ET LES DOMAINES DU SOCLE
	<p><b>Réaliser les épreuves de l'ASSN :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• entrer dans l'eau par la tête et / ou en bascule arrière ;</li> <li>• se maintenir volontairement à la surface en position verticale ;</li> <li>• se déplacer sous la surface de l'eau en immersion sans appui solide ;</li> <li>• ouvrir les yeux dans l'eau pour accomplir une tâche complexe, un parcours, un changement de direction ;</li> <li>• réaliser un déplacement dorsal puis ventral en continuité ;</li> <li>• glisser en conservant l'équilibre horizontal pendant ses déplacements ou sur une coulée ;</li> <li>• coordonner et synchroniser les mouvements des bras et des jambes dans 1 nage ventrale et 1 nage dorsale ;</li> <li>• coordonner et synchroniser sa respiration avec sa propulsion ventrale et dorsale.</li> </ul>	