

# Mise en œuvre d'un cahier de l'élève en EPS






**Production d'un groupe composé de :**

*Mesdames KERLOGOT Agnès, QUIBEL Fabienne, LANGE Aurélie et VESPIER Marie-France,*

*Messieurs DEFRANCE Jean-Pierre, PINEL Nicolas, RIPELL Jean-Yves et de VAAS Frédéric  
Conseillers pédagogiques de circonscription pour l'EPS et de*

*Madame VAUTIER Catherine, Conseillère pédagogique départementale pour l'EPS*

# Sommaire

-  Introduction
-  Mise en œuvre pratique
-  Les fonctions du cahier d'EPS
-  Lire, dire, écrire avec le cahier d'EPS
-  Les contenus possibles



# Introduction

- Lien au socle commun :

« Chaque compétence qui le constitue requiert la **contribution de plusieurs disciplines et, réciproquement, une discipline contribue à l'acquisition de plusieurs compétences.** », l'EPS « aide également à concrétiser certaines connaissances et notions plus abstraites » et constitue **une des disciplines les plus favorables à la construction de compétences méthodologiques dans les apprentissages.** »

=> L'idée d'un cahier jouant le rôle de support d'interdisciplinarité s'inscrit donc parfaitement dans cette logique.





# Introduction

- **Objectif :**

Etre un outil de communication au service des apprentissages.

- **Pour quoi ?**

- Pour faire de l'EPS une discipline d'enseignement à part entière ;
- Pour donner du sens aux apprentissages ;
- Pour assurer une continuité dans les apprentissages.

- **Pour qui ?**

- Pour l'élève ;
- Pour les maîtres ;
- Pour les familles .



# Mise en œuvre pratique

- **La forme :**

- **Quel support choisir ?**

Le classeur ou porte-vues semble le choix le plus judicieux, dans l'idée d'un outil évoluant sur l'ensemble de la scolarité élémentaire, du cycle d'enseignement.

- **Comment l'organiser ?**

L'entrée se fera par les quatre compétences des programmes, en les codant par icône, par couleur...





# Mise en œuvre pratique

- **Organisation :**



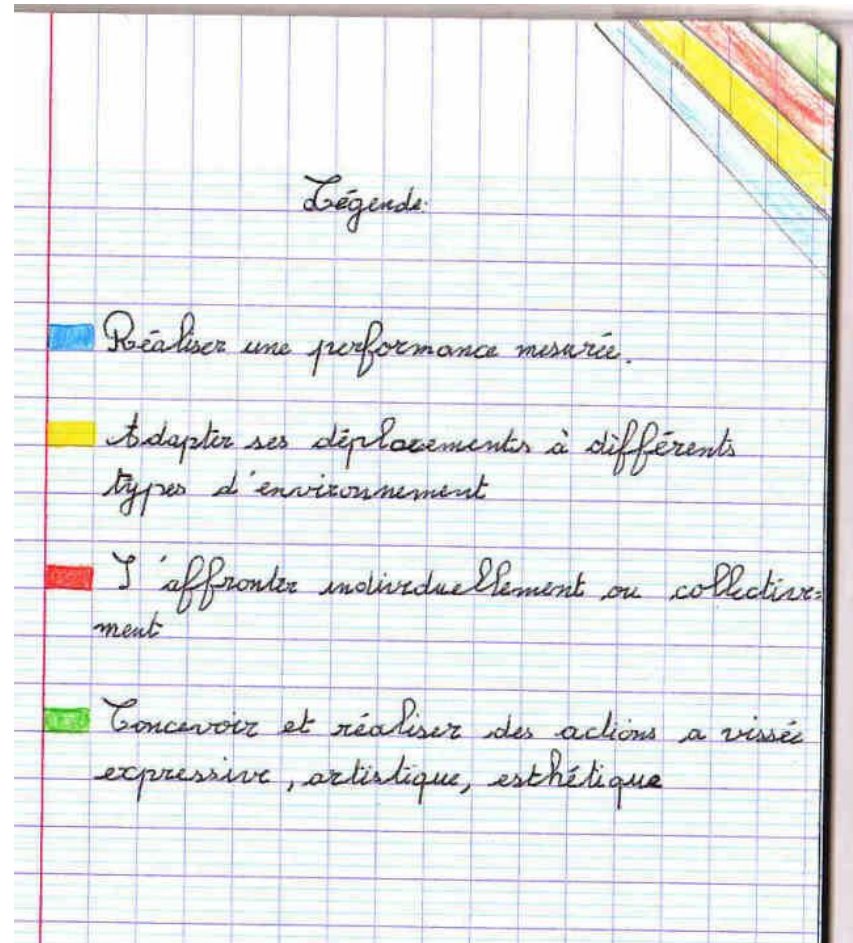
Extraits, Cahier d'EPS 2003-2004, école maternelle  
Prairial (Vitrolles).





# Mise en œuvre pratique

- Organisation:





# Mise en œuvre pratique

## Le contenu :

Il peut contenir des documents divers qui ont du sens pour l'élève : l'élève est acteur de ses apprentissages.

Il comprend, sait ce qu'il va construire, pourquoi et comment.

Il pourra alors identifier et mesurer ses progrès.







# Les fonctions du cahier d'EPS

- Le cahier d'EPS intervient :

## → **Avant la séance :**

Présentation des situations d'apprentissage, permettant aux élèves de « préparer » la séance, d'anticiper leur action.

Proposer différentes fiches : fiches de sécurité (les règles et consignes à respecter), fiches de matériels...

## → **Au cours de la séance :**

Présentation des buts et critères de réussite des situations proposées.

## → **Après la séance :**

Etablir un bilan, verbaliser et formaliser le vécu de la séance.





# Les fonctions du cahier d'EPS

- **Une fonction de trace**

- Les documents élaborés vont constituer une mémoire personnalisée du vécu en EPS de l'élève,
- C'est une étape dans la construction des apprentissages (aide à la structuration des connaissances / capacités / attitudes de l'élève, par l'élève).
- Le cahier d'EPS peut témoigner de l'interdisciplinarité construite autour de l'EPS.

*Les traces vont faire du cahier , l'espace concret de mise en cohérence entre le « dire » et le « faire » où l'élève va réaliser, formaliser, se mettre en projet, s'évaluer (j'écris ce que j'ai fait, ce que je vais faire...).*





# Les fonctions du cahier d'EPS

- **Une fonction de communication**

→ **Outil de communication avec :**

- **les autres enseignants** : *c' est une trace du cursus d'apprentissage, un outil de continuité au sein du cycle et de l'école.*
- **les parents** : *en leur communiquant les connaissances, capacités, attitudes et progrès de leur enfant, le compte-rendu de la rencontre sportive...*
- **les partenaires** : *les intervenants extérieurs.*





# Les fonctions du cahier d'EPS

- **Une fonction d'évaluation**

Evaluation :

- *diagnostique*
- ***formative***,
- *sommative*
- *certificative*

Réalisée par:

- *l'élève*,
- *ses camarades*
- *l'enseignant*





# Lire, dire, écrire avec le cahier d'EPS

- Le cahier d'EPS sera l'occasion d'un travail interdisciplinaire, quel que soit le cycle d'enseignement.
- Il ne doit pas être conçu comme une charge supplémentaire de travail mais s'insérer dans la programmation de la classe.





# Lire, dire, écrire avec le cahier d'EPS

Compétences	Exemples de mise en œuvre
Reformuler les consignes de l'adulte	En séance d'EPS, en collectif, avant l'activité
Etre capable de rappeler un évènement vécu collectivement	En classe, raconter une rencontre sportive
Dire ce que l'on fait ou ce que fait un camarade	Valider les critères de réussite de l'action... Expliquer ses procédures de réussite
Utiliser le lexique spécifique de l'EPS dans les différentes situations didactiques mises en jeu	S'approprier des termes précis
Participer à l'élaboration d'un projet spécifique	Décider une organisation, discuter, débattre... Préparer une rencontre, un tournoi...
Expliciter les difficultés que l'on rencontre dans une activité	Commenter les actions, les difficultés Echanger sur l'activité, les situations, les comportements...





# Les contenus possibles

- **Connaissances sur l'activité :**
  - Représentations (dessins), règles du jeu, aspect culturel, fiches techniques, règles de sécurité, lexique, arbitrage.
- **Connaissances sur soi :**
  - Evaluation, stratégie, respect des autres, estime et connaissance de soi, notion de plaisir, d'effort.
- **Contribution à l'acquisition d'autres compétences :**
  - Des exemples en mathématiques, en sciences, en français, avec les TICE.





## Les contenus : connaissances sur l'activité

- Représentations (dessins /photographies)
- Planning
- Règles d'action
- Aspect culturel
- Fiches techniques, fiches outils
- Règles de sécurité
- Lexique
- Arbitrage



# Représentations : dessins, photographies...



Le combat de coq



Le combat de coq



Le combat de coq



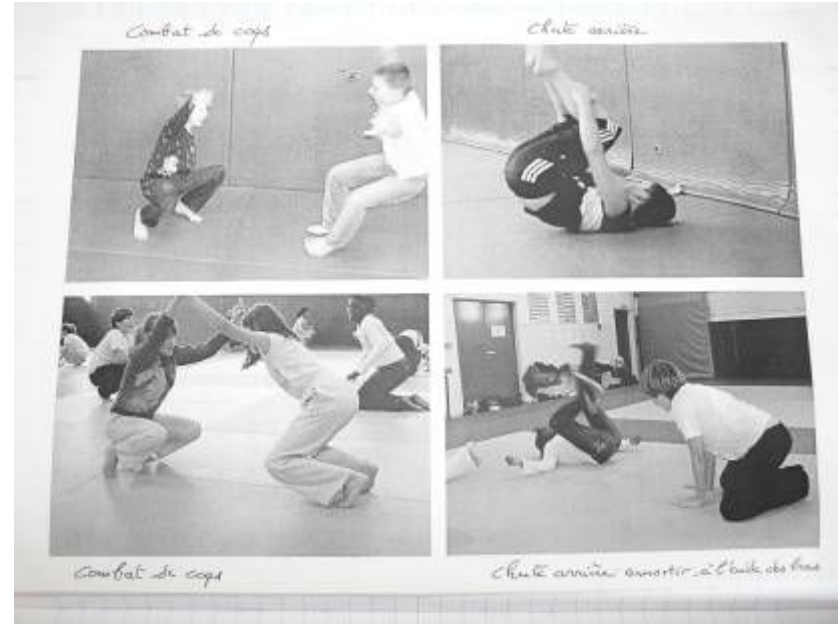
Chacun chez soi



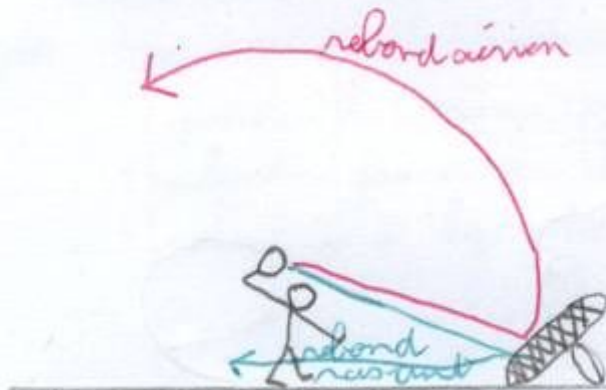
L'ours et le serpent



Retourner la tortue



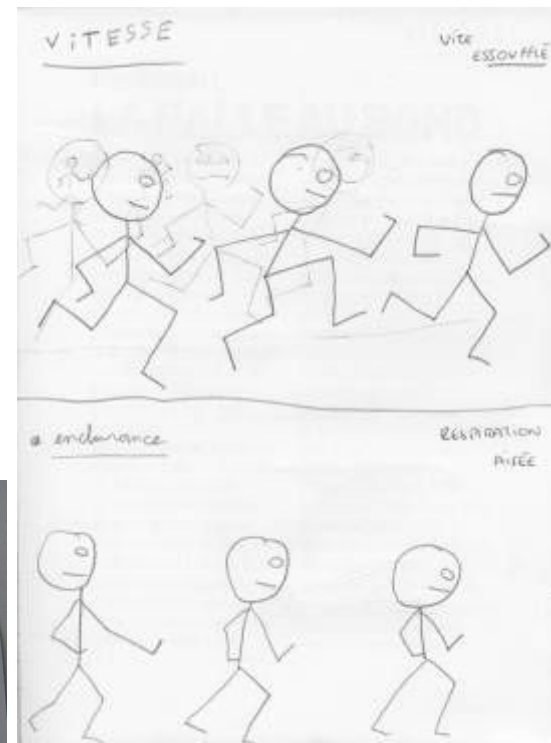
## SITUATIONS DE TIR



# Représentations : dessins, photographies...



# Représentations : dessins, photographies...



Le saut en longueur  
Le joueur s'élançe, il court très vite puis prend son appel avec son pied d'appel (le droit ou le gauche) et il saute le plus loin possible.

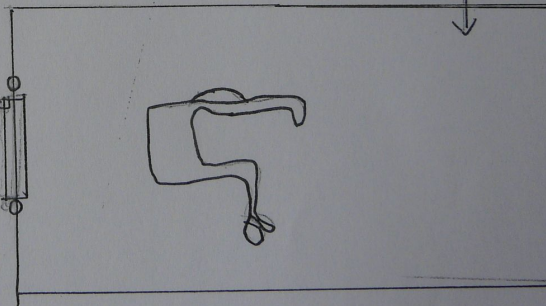
course d'élan



planche d'appel



fosse à sable



# Planning :



## PLANNING E.P.S. 2 009 / 2 010

### PÉRIODE 1 : du 01/09 au 15/11



Lundi 13 h 30 - 15 h 30 *Jeux de lutte*  
Vendredi 15 h 30 - 16 h 30 *Natation* 6 séances (du 18/09 au 20/11)  
Vendredi 15 h 30 - 16 h 30 *Complément Jeux collectifs (Thèque)*



### PÉRIODE 2 : du 16/11 au 24/01

Lundi 15 h 30 - 16 h 30 *Escalade*

Mardi 8 h 30 - 9 h 30 *Jeux et sports collectifs*



### PÉRIODE 3 : du 25/01 au 04/04

Lundi 15 h 30 - 16 h 30 *Athlétisme / C.O.*  
Mardi 8 h 30 - 9 h 30 *Jeux et sports collectifs*  
Vendredi 15 h 30 - 16 h 30 *Tennis de table*



### PÉRIODE 4 : du 05/04 au 30/06

Lundi 13 h 30 - 15 h 00 *VTT/Cyclotourisme\**  
Mardi 8 h 30 - 9 h 30 *Jeux et sports collectifs*



*\*Préparation du spectacle de fin d'année*

*\* Mise en relation APER, permis vélo, rallye cycliste*

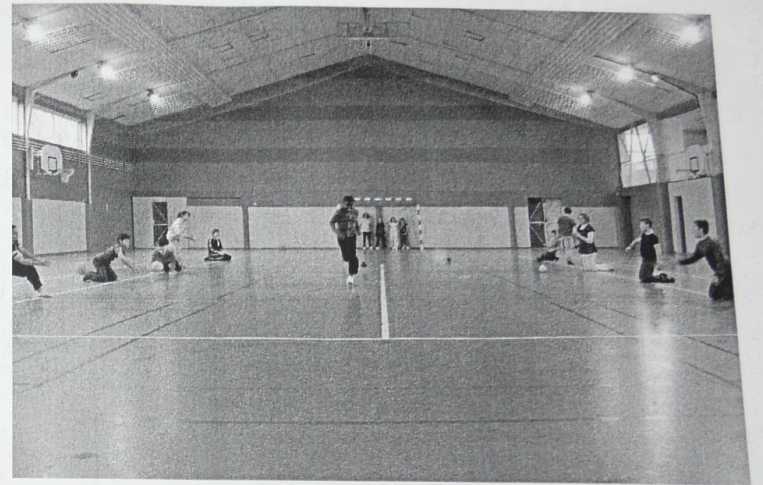


### TYPES D'APS :

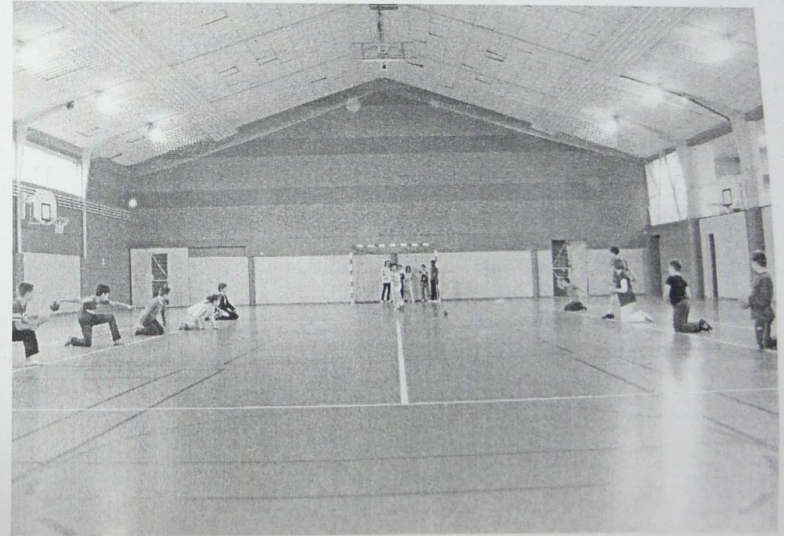
*Réaliser une performance mesurée*  
*Adapter ses déplacements à différents types d'environnement*  
*Coopérer ou s'opposer individuellement*  
*Concevoir et réaliser des actions à visées expressive, artistique, esthétique*



# Règles d'action :

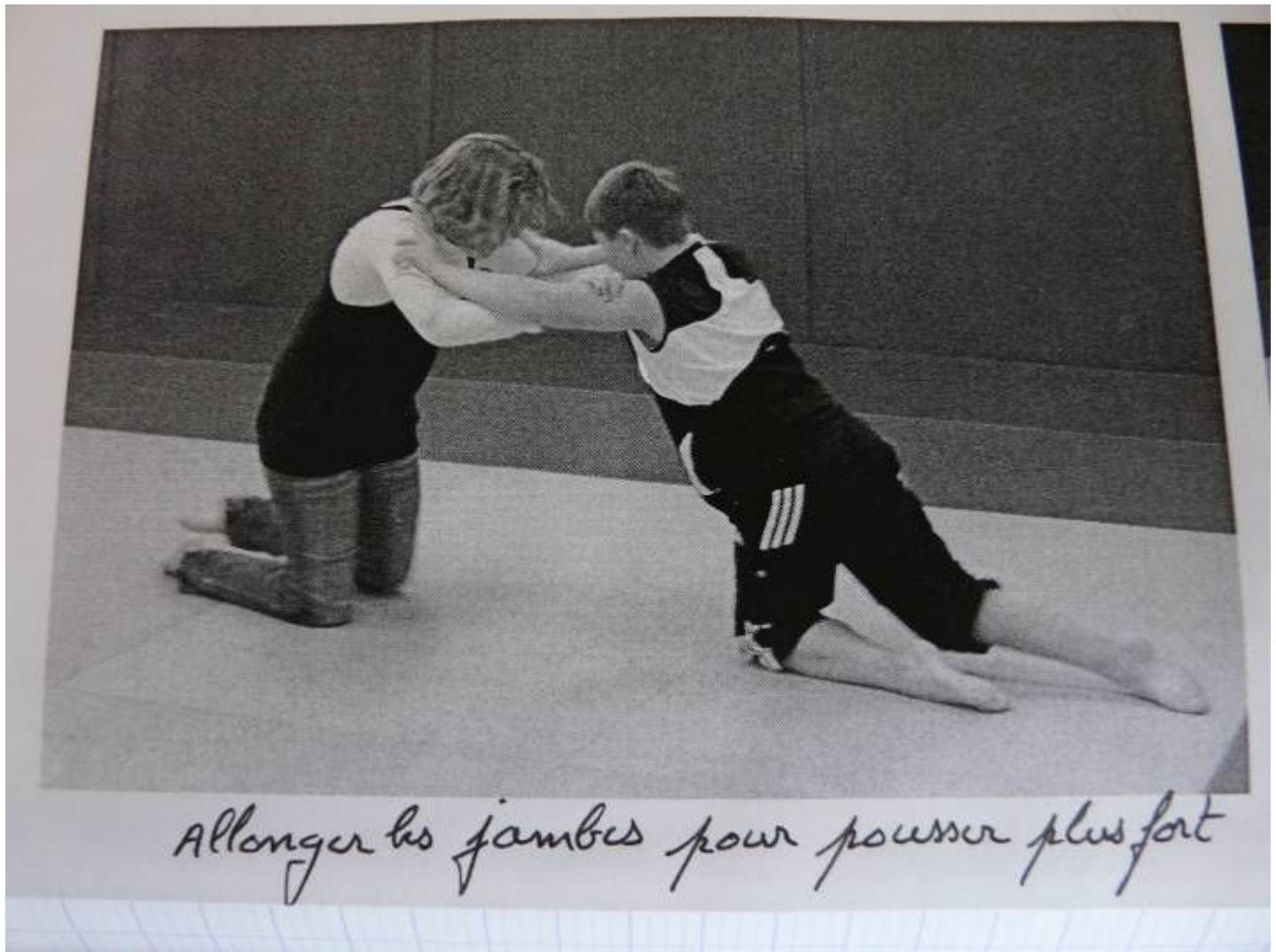


*Variation la vitesse de course*



*Variation les trajectoires des courses.*





Menu

# Aspect culturel :

**INTERNET**  
Pour plus d'informations, tu peux te connecter sur le site [www.creps-centre-jeunesse-sports.gouv.fr](http://www.creps-centre-jeunesse-sports.gouv.fr)

**IMPRIMERIE PAR ABONNEMENT**  
tous les jours sauf dimanche et lundi  
mercredi  
**15**  
décembre  
2004

VA VOIR EN PAGE III LE DESSIN GAGNANT DU CONCOURS SUR LE SPORT ET LES HANDICAPS...



**Mon**  
**Quotidien**  
www.monquotidien.com

*Cahier spécial réalisé avec le Pôle ressources national sport & handicaps*

## Sport et handicaps : ça peut aller ensemble !

Les enfants valides et handicapés peuvent faire du sport ensemble. Tu en découvriras un exemple réussi en p. III.



**Mixité** p. IV



Faire du sport, quand on est handicapé, est un bon moyen d'aller vers les autres et de s'intégrer.

**Interview** p. VIII



Assia El Haneouli, sportive paralympique française, a décroché 4 médailles d'or à Athènes.

**10%** DIVERSION DE LA POPULATION FRANÇAISE MANQUENT UN HANDICAP OU LE GÈNE AU QUOTIDIEN.



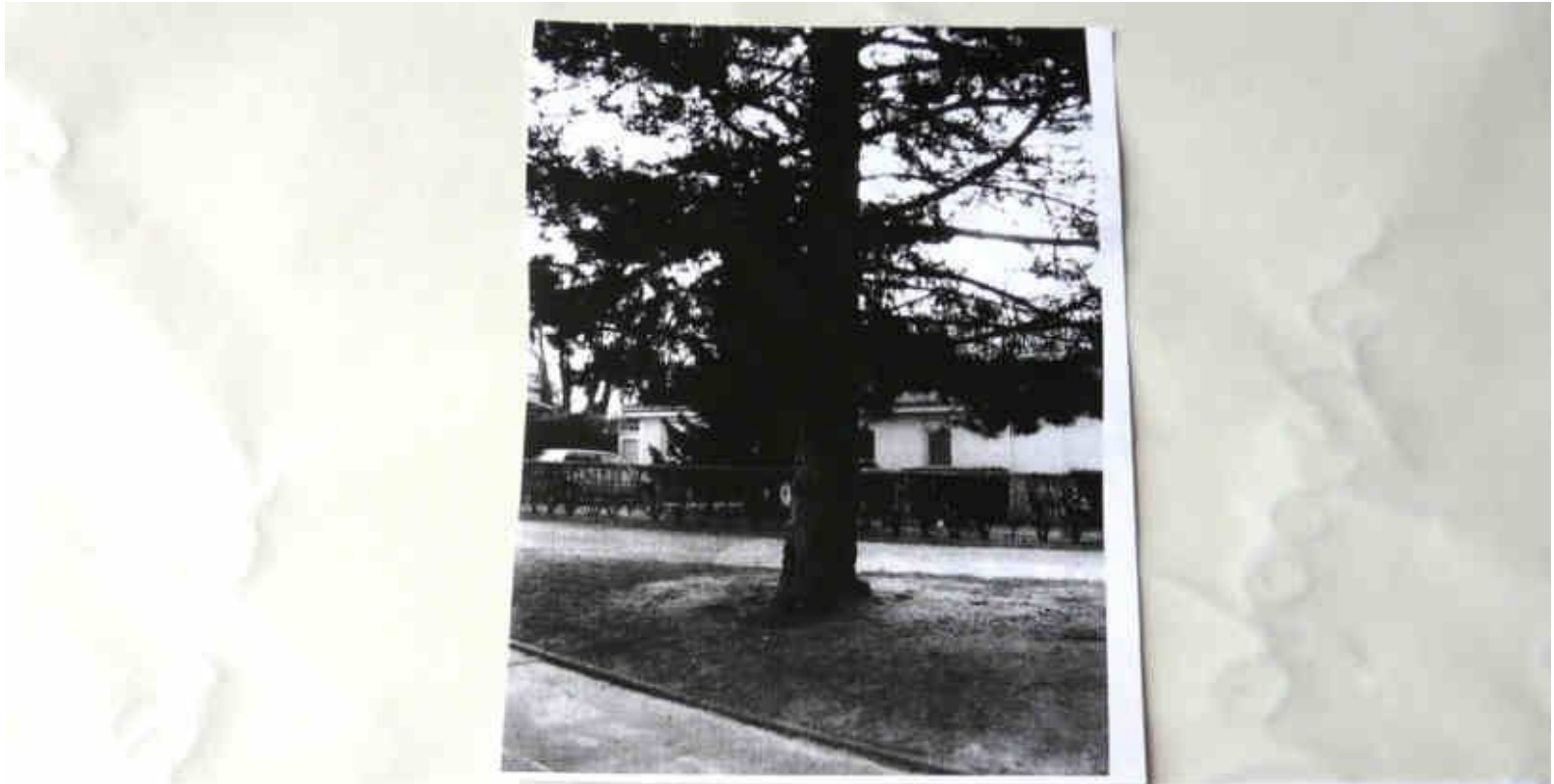
LE CREPS DE LA RÉGION CENTRE ET LE MINISTÈRE DE LA JEUNESSE, DES SPORTS ET DE LA VIE ASSOCIATIVE ONT PARTICIPÉ À CE NUMÉRO

## La fin des erreurs d'arbitrage est programmée



LES ÉQUIPES DE LA LIGUE 1 MANQUENT DE 100 MILLIONS POUR OBTENIR LES BÉNÉFICES DE LA TV. LES CLUBS ONT-ILS LE DROIT DE S'OPPOSER ?

# Fiches techniques, fiches outils :



Prénom : Amaral

PARCOURS PHOTO

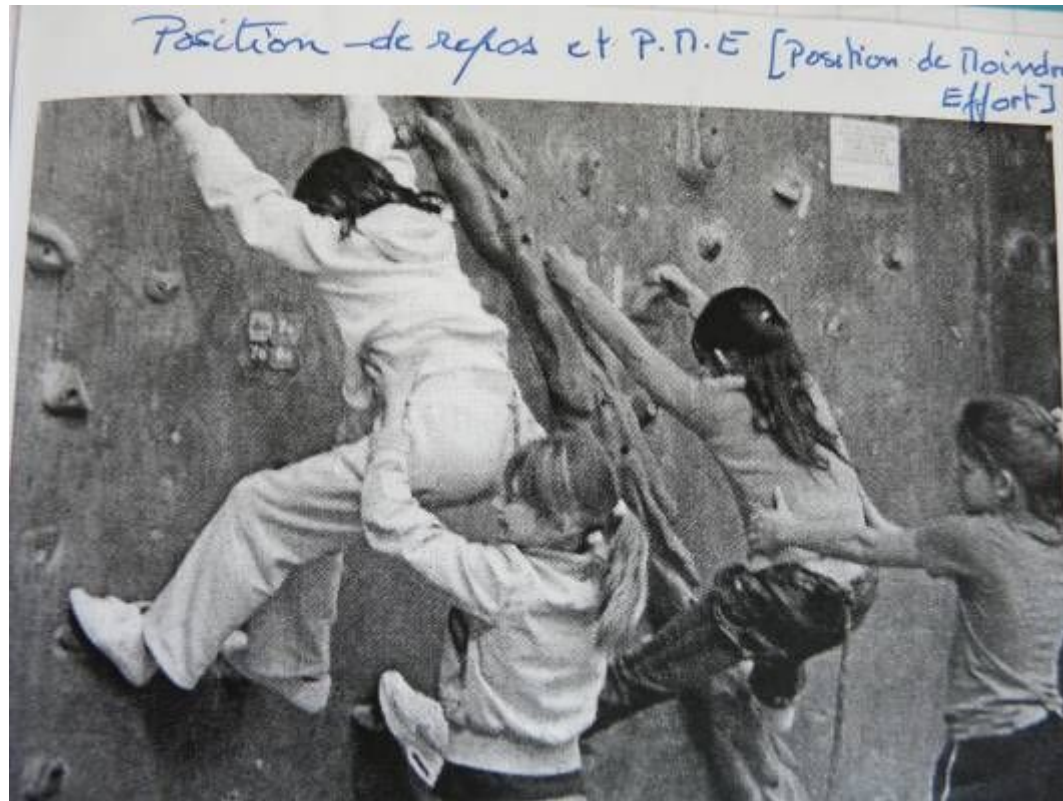
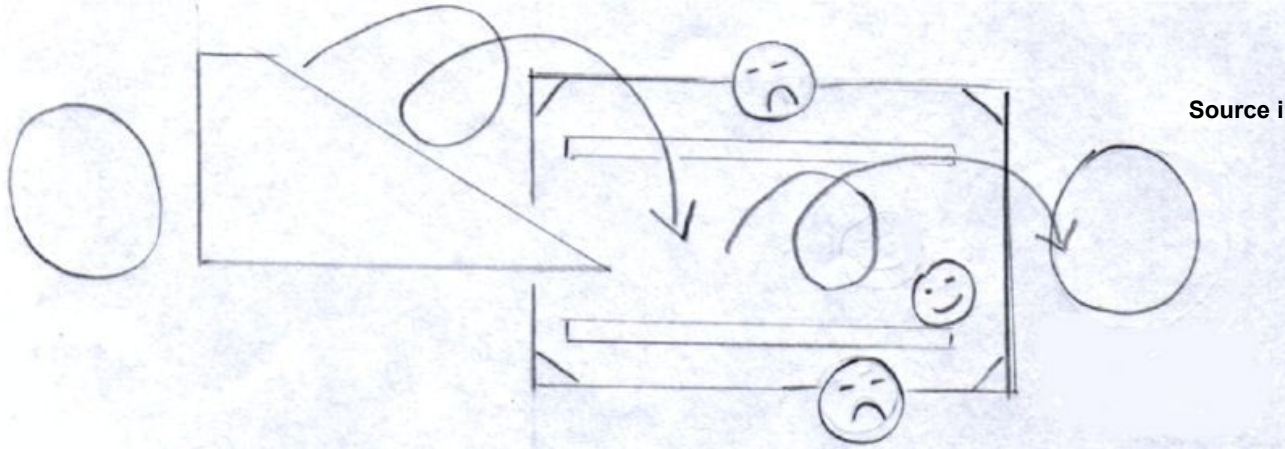
Ecrire le code de la photo

3		11		19		16		4		27	
---	--	----	--	----	--	----	--	---	--	----	--



# Fiches techniques, fiches outils :

Roulade avant à genoux, plan incliné ou banc recouvert d'un tapis puis enchaîner une roulade simple



# Fiches techniques, fiches outils

## PLAN DE L'ECOLE MARCEL TOUCHARD

1. Voici une photo aérienne : c'est une photo faite à partir d'un avion.



2. Voici le plan de l'école

- Colorie en vert la cantine
- Colorie en bleu l'école
- Colorie en la maison du directeur.



# Règles de sécurité :

Handball

## Les règles de sécurité

Je dois :

- tenir ma crosse toujours vers le bas.
- tenir ma crosse avec les deux mains écartées.
- déposer les balles et les crosses pendant les pauses.

Je ne dois pas :

- jouer la balle en l'air.
- jeter les balles et les crosses en l'air.

## Les fautes

Pour tous les joueurs :

Je ne dois pas :

- jouer la balle avec les pieds.
- lever ma balle.
- lever ma crosse.
- porter des coups volontaires sur la crosse adverse.
- faire obstacle avec mon corps.

Pour le gardien de but :

Je ne dois pas :

- toucher la balle en dehors de la zone.
- lever la balle en la renvoyant.
- lâcher la crosse.
- arrêter la balle à la main.

## Acrosport

### Règles de sécurité.

- Ne pas faire mal(à) ou(x) porteur(s).
- Rester sur les tapis.
- S'échauffer.
- Verrouiller les bras.

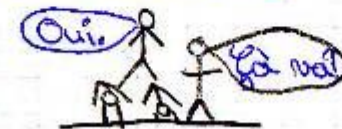
### Échauffement :

- Culbuto
- Une petite figure à deux.

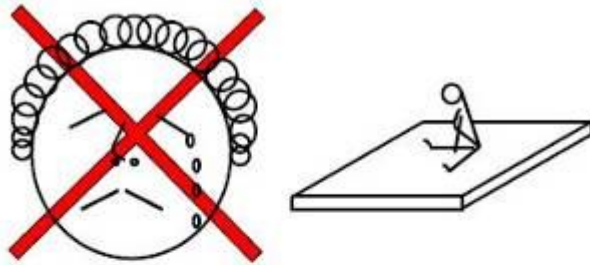
### Réalisation d'un équilibre ou d'un enchaînement d'équilibres.

- Construire.
- Équilibre side d'une personne.
- Déconstruire.

### Vos réalisations.

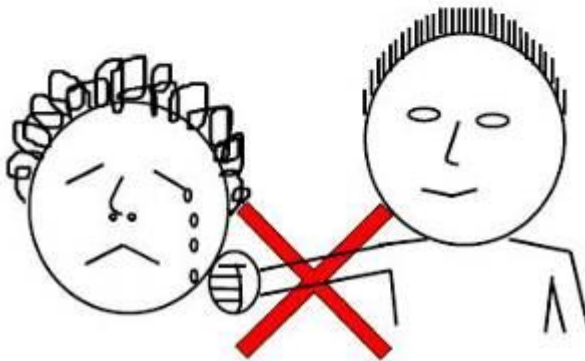


ne pas se faire mal

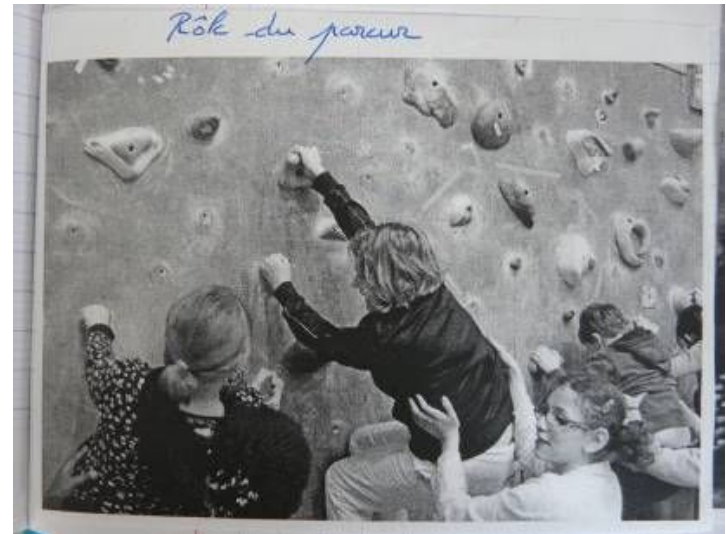


*Sécurité: pas de contact avec le cou, la gorge*

ne pas faire mal aux autres



*Rôle du parent*



Menu

Lexique :






**Lexique :**

Le hakeyer



# Arbitrage :

LES REGLES SIMPLES D'ARBITRAGE EN HOCKEY			
<i>Je suis joueur je ne dois pas</i>	lever ma crosse ou passer au genou	lever ma balle	Jouer la balle avec les pieds
<i>Je suis arbitre je ne dois pas</i>	Mon bras tourner autour de ma tête.	Mes mains sont gardées face à face	Je touche mon pied avec ma main ou fléchissent la jambe
<i>J'exécute un geste précis</i>			 Julien



Arbitrage et position de départ






# Les contenus possibles: connaissances sur soi

- Evaluation
- Stratégies
- Respect des autres
- Estime et connaissance de soi
- Impressions et sensations





# Evaluation :



## escalade auto-évaluation

1. CONFIANCE	
Je n'ai pas peur de sauter et / ou de tomber.	19
Je m'habitue à la hauteur.	16
2. PIEDS	
J'utilise le pont de pied.	12
J'utilise plusieurs parties du pied : côtés, talon, à plat...	14
3. MAINS	
Je prends les prises horizontales.	12
Je prends des prises différentes.	16
Je prends des prises plus petites que la main.	7
4. CORPS	
Je grimpe en « X ».	16
Je sais croiser les pieds et / ou les mains.	16
Je sais monter de côté.	7
Je sais m'adapter à l'inclinaison : positif, vertical, surplomb.	0
5. CHEMINEMENTS	
Je sais grimper jusqu'à la ligne de vie.	18
Je sais grimper dans un couloir.	12
Je sais grimper à la couleur.	6
6. LECTURE	
Je sais m'arrêter pour mieux reportir.	16
Je sais sauter sans bruit.	15
Je sais quand accélérer.	13
J'obéis facilement à une dictée.	12
7. SÉCURITÉ	
Je sais atterrir sur le tapis.	19
Je sais parler un camarade.	12
Je connais mes limites.	15
Je respecte la ligne de vie.	19
Je connais et maîtrise les risques : plaquettes, chute ou sol, couloir de chute.	12

Ce livret appartient à : \_\_\_\_\_  
 Il a été validé par : \_\_\_\_\_

## j'entre dans l'eau :

	avec 2 frises	avec 1 frise	sans matériel
par échelle		X	
assis sur le bord			X
debout en sautant		X	
debout sur le plot	X		
en plongeant du bord		X	
en plongeant du plot		X	



## je me déplace :

	quelques mètres		1,5 mètres		2,5 mètres	
	avec frise	sans frise	avec frise	sans frise	avec frise	sans frise
en tenant le bord à 2 mains	X	X		X		X
en tenant le bord à une main	X		X		X	
le long du bord sans le tenir	X		X		X	
son du bord	X		X		X	
en nage ventrale		X		X		X
en nage dorsale	X		X		X	
en brasse	X		X		X	
en dos	X		X		X	
en crawl	X		X		X	
en nageant sous l'eau	X	X	X	X	X	X



## je m'immerge :

	en tenant le bord	avec la perche/cage		sans aide	
		sans objet	je ramasse un objet	sans objet	je ramasse un objet
les épaules	X				
le bouche		X			
toute la tête			X		
à 1 m de profondeur	X				
à 2 m de profondeur	X				
en plongeant canard			X		



- Je suis capable d'enchaîner les actions, sans matériel, en grande profondeur et sans tenir le bord :
- 1 : nager 1,5 mètres, passer sous un obstacle flottant, me déplacer sous l'eau et me laisser flotter sur l'eau.
  - 2 : plonger, nager 30 mètres et passer sous un obstacle flottant.
  - 3 : sauter, passer sous un obstacle flottant, nager 10 m sur le ventre, nager 10 m sur le dos, rester 10 secondes sur place et repasser sous un obstacle flottant.



# Evaluation :

## Autoévaluation de l'activité hockey en salle

Je suis capable :

en exercices :

- |   |       |       |
|---|-------|-------|
| - de conduire ma balle le long d'une ligne. | 1,5/2 | 2/2   |
| - de slalomer avec précision ma balle       | 0,5/2 |       |
| en marchant                                 | 2/2   | 2/2   |
| en courant                                  | 1,5/2 | 2/2   |
| - de dribbler                               | 2/2   | 2/2   |
| - de garder ma crosse au sol.               | 1,5/2 | 2/2   |
| - de marquer dans une zone délimitée.       | 1,5/2 | 1,5/2 |

en matchs :

- |                                       |       |       |
|---------------------------------------|-------|-------|
| - de garder ma balle dans ma crosse.  | 1,5/2 | 1,5/2 |
| - de faire une passe.                 | 1/2   | 2/2   |
| - de marquer des buts                 | 1,5/2 | 1/2   |
| - de réceptionner une balle           | 0,5/2 | 2/2   |
| - de marquer des buts                 |       |       |
| - d'intercepter une balle             | 1,5/2 | 2/2   |
| - de respecter les règles de sécurité | 2/2   | 2/2   |

Prénom Amandine

Evaluation espace

1) Colle les photographies à l'endroit qu'elles représentent.





## Stratégies :

④ Comment jouer en défense?

Pour jouer en défense il faut:

- Se mettre en ligne, pour pouvoir empêcher l'adversaire d'avancer.
- Quand l'adversaire avance, le ceinturer. (Il doit alors passer la balle ou la lâcher sinon c'est balle à la défense.)



Source inconnue



## Stratégies :

- Quelques conseils pour l'endurance -
- partir lentement,
  - garder le même rythme,
  - ralentir quand on est essoufflé.
  - penser à s'hydrater.

### Comment s'échauffer ?

- sur place : talons - fesses.
- sur place ; lever les genoux
- sur place : s'accroupir
- sur place : sauter
- faire tourner la cheville
- tourner le buste
- moulinets de bras
- pas chassés

# Respect des autres :

Les 7 règles d'or du supporter

1. Je respecte les décisions de mon équipe
2. Je n'insulte pas les adversaires de mon équipe
3. Je ne salue pas les adversaires de mon équipe s'ils ont perdu
4. Je ne salue pas les arbitres
5. Je ne méprise pas les adversaires de mon équipe s'ils ont perdu
6. Je m'excuse si j'ai fait un geste de mépris
7. Je m'excuse si j'ai fait un geste de mépris



Les 6 règles d'or du joueur

1. Je respecte les règles du jeu
2. Je respecte les décisions de l'arbitre
3. Je respecte mes adversaires
4. Je ne salue pas les adversaires de mon équipe s'ils ont perdu
5. Je refuse toute forme de tricherie
6. Je m'excuse si j'ai fait un geste de mépris



# Les impressions, les sensations ....:

E.P.S compétence 2	P
Adapter ses déplacements à différents types d'environnements	
<p>Mes impressions : séance n° 1...</p> <p>J'ai ressenti une grosse peur au début mais quand je suis rentré sur la glace ma peur s'est envolée...</p> <p>J'avais peur de tomber beaucoup mais en fait...</p>	
<p>Mes impressions : séance n° 6...</p> <p>À la sixième séance j'ai eu peur parce que...</p> <p>je n'ai pas fait de fatigue pendant la...</p> <p>traverse de glace et depuis j'ai peur de retomber...</p>	
<p>Mes impressions : séance n° 10.</p> <p>Au moment des évaluations j'ai eu le...</p> <p>trac de ne pas réussir mais je suis...</p> <p>plutôt contente de moi le lu de argent...</p> <p>bien c'est bien! Je ne pensais pas réussir...</p> <p>cette étape!</p>	







Je suis en train de  
patiner en arrière.



# Les contenus : contribution à l'acquisition d'autres compétences

Des exemples :

- En mathématiques
  - En sciences expérimentales et dans le domaine d
  - Avec les TICE
  - En français
- 
- 



**Compétence** : concevoir et réaliser des actions à visée esthétique et/ou expressive

Danse de création

GEOMETRIE CE1 :

**Je trace des formes géométriques :**

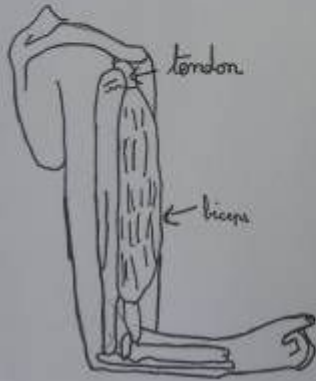
Décris, reproduire, tracer un carré, un rectangle, un triangle rectangle.



Menu

tra

## Le bras du joueur de badminton



## Les muscles

Quand on pratique un sport comme le badminton, le cerveau donne l'ordre de <sup>aux muscles</sup> faire usage de son bras. Quand nous tirons le bras, le triceps se contracte et le biceps s'étire, on appelle ça l'extension et l'autre mouvement s'appelle la flexion. Le biceps et le triceps sont des muscles antagonistes car ils travaillent ensemble.

Il y a plus de 500 muscles dans le corps humain.

Charlotte

Quentin

## L'alimentation du sportif

L'alimentation du sportif doit avant tout être équilibrée. Le sportif transpire et perd donc ainsi beaucoup de sels minéraux. Le sportif devra consommer suffisamment :

- de vitamines et de sels minéraux
- des fruits et des légumes cuits et crus à chaque repas pour récupérer.
- des féculents en quantités très importantes car ils apportent le carburant de l'effort : les glucides
- des corps gras qui contiennent des vitamines et des acides gras essentiels fondamentaux au bon fonctionnement de l'organisme.

La consommation énergétique d'un sportif est différente en période de repos ou en période de compétition.

Lafa et Heyda

## L'hygiène du corps

On doit se laver pour enlever les microbes. On doit manger et dormir pour être en bonne santé. L'exercice qui fait fonctionner ton cœur, tes poumons et tes membres, fortifie le corps.

Damiantha



Compétence : concevoir et réaliser des actions à visée esthétique et/ou expressive

Danse de création

SCIENCES CE1 :

Je construis mon pantin articulé :  
Les articulations



Menu



**Compétence** : concevoir et réaliser des actions à visée esthétique et/ou expressive

Danse de création

TICE :

Je recherche quatre types de danses sur google images. Je les insère dans un tableau et je légende mes documents.



*Danse contemporaine*



*Valse*



*Tango*



*Ballet*

Solène

Travail complémentaire :

Je recherche sur internet les musiques correspondant aux différentes danses. Je fais correspondre les musiques proposées avec les danses.

Menu