

## Un module sollicitant la motricité de type gymnique

### Parcours et ateliers

#### Une démarche

- Un module d'apprentissage long 12 à 16 séances,
- La séance EPS en 3 temps avant, pendant et après l'activité,
- Des tâches d' qui organisent l'apprentissage des élèves avec : un dispositif clairement identifiable et repéré avant par les élèves, **un but**, des **critères de réussite** simples et observables connus par les élèves. En GS, la mise en relation entre résultat et manière de faire est à travailler.
  - Construire, conserver des traces et les exploiter en classe (dessins, schémas, résultats...)
  - Développer et entretenir le lien entre la maîtrise de la langue et EPS, lien qui structure à la fois les apprentissages moteurs et la pensée de l'élève.
  - Organiser les relations et la communication entre les élèves .
  - **DONNER DU TEMPS POUR APPRENDRE**

#### Construire les apprentissages afin de favoriser le développement de l'enfant dans sa totalité. :

#### Dans l'activité support : activité de type gymnique

- Faire entrer tous les élèves dans un dispositif d'activités gymniques qui sollicite et développe le répertoire moteur de base à partir d'actions motrices de base : se déplacer, grimper, sauter, s'équilibrer, apprendre à chuter, tourner, rouler. Il est important que les élèves acquièrent progressivement des connaissances ( sur eux , sur l'activité et sur les autres) et des attitudes (envie d'apprendre , respect des consignes et règles , prise en compte des autres).

-Amener des contraintes sur l'espace( PS ) et des contraintes sur l'action (MS GS) pour agir et donner des outils pour agir.

#### Participer aux acquisitions des compétences des autres domaines à travers l'activité de type gymnique :

*Compétences attendues dans « S'approprier le langage » :*

- Nommer avec exactitude un objet, une personne, une action....
- Formuler, en se faisant comprendre, une description...
- Raconter, en se faisant comprendre, un épisode vécu ....
- Exprimer son point de vue

### *Compétences attendues dans « Découvrir l'écrit »*

- Produire un énoncé oral dans une forme adaptée pour qu'il puisse être écrit par un adulte

### *Compétences attendues dans « Devenir élève »*

- Respecter les autres et respecter les règles de la vie commune
- Éprouver de la confiance en soi, contrôler ses émotions
- Exécuter en autonomie des tâches simples et jouer son rôle dans des activités scolaires
- Dire ce qu'il apprend

### *Compétences attendues dans « Découvrir le monde »*

- Nommer les principales parties du corps humain et leur fonction, distinguer les cinq sens et leur fonction
- Situer des événements les uns par rapport aux autres
- Se situer dans l'espace et situer les objets par rapport à soi
- Comprendre et utiliser à bon escient le vocabulaire du repérage et des relations dans le temps et dans l'espace

## **Construire un module d'apprentissage à partir d'un dispositif évolutif de la PS à la GS**

**En PS**, la phase de découverte où l'on installe les règles de fonctionnement (portes sorties arrêts, zone de jeu) est très longue.

**En GS**, elle dure 2 à 3 séances puis on peut redonner des consignes sur chaque chemin avec des actions plus complexes. Attention il faut toujours essayer de maintenir dans le dispositif la possibilité de faire de deux manières (une plus facile, une plus difficile) pour que chacun puisse réussir et qu'il n'y ait pas embouteillage. Ex : rotation sur un plan incliné possible en avant mais latéralement

### **Un exemple de dispositif :**

- Plan du dispositif travaillé en classe et repris en salle en salle surtout pour PS.
- Bandes de délimitation pour l'espace de jeu et un espace de parole avec un sens de rotation
- 4 portes d'entrée et de sortie de couleurs différentes (ou plus si possible)
- Des zones d'arrêt intermédiaires matérialisées, repérables par les enfants (tapis moquette).
- Il est préférable dans la phase de découverte de mettre des ateliers qui ne présentent aucun danger et facile afin de permettre à tous les élèves de réussir, de pouvoir ainsi travailler le cadre de travail (installation et respect des règles de sécurité et de fonctionnement, appropriation par les élèves du dispositif, du but et progressivement des critères de réussite) et de dégager l'enseignante qui pourra ainsi réguler la conduite de sa classe.
- Atsem peut dans un premier temps réguler les entrées

## **METTRE EN SECURITE LES ELEVES : INSTALLER DES CONDITIONS D'APPRENTISSAGE ET UN CLIMAT D'ATTENTION**

*Ce cadre est à installer dans la phase de découverte, il conditionne la qualité du travail ultérieur.*

### **Installer et faire respecter les « règles d'or » :**

- Ne pas courir
- Etre concentré dans l'espace de travail
- Ne pas bousculer un camarade
- Etre seul sur un engin
- Attendre son tour
- Respecter l'entrée et la sortie du parcours

### **Installer et faire respecter les « règles de fonctionnement »**

- **Respecter les espaces** : de jeu, d'écoute, d'attente
- **Respecter le sens de rotation** et les espaces intermédiaires
- **La notion de parcours** : portes d'entrée, de sortie, stop
- **Le but** : parcourir les chemins et noter son résultat (prendre des étiquettes)

## **ORGANISER LA CONSTRUCTION D'UNE CONDUITE ADAPTEE ET EN SECURITE, C'EST ORGANISER :**

### **LA SÉCURITÉ PASSIVE**

#### **Le rôle de l'enseignant**

- Dispositif sécurisé avec des repères clairs
- Situations adaptées aux ressources des élèves

#### **Le rôle des élèves**

- Connaissance et respect des règles

### **LA SÉCURITÉ ACTIVE**

#### **L'élève doit apprendre**

##### - La maîtrise corporelle

##### - La connaissance

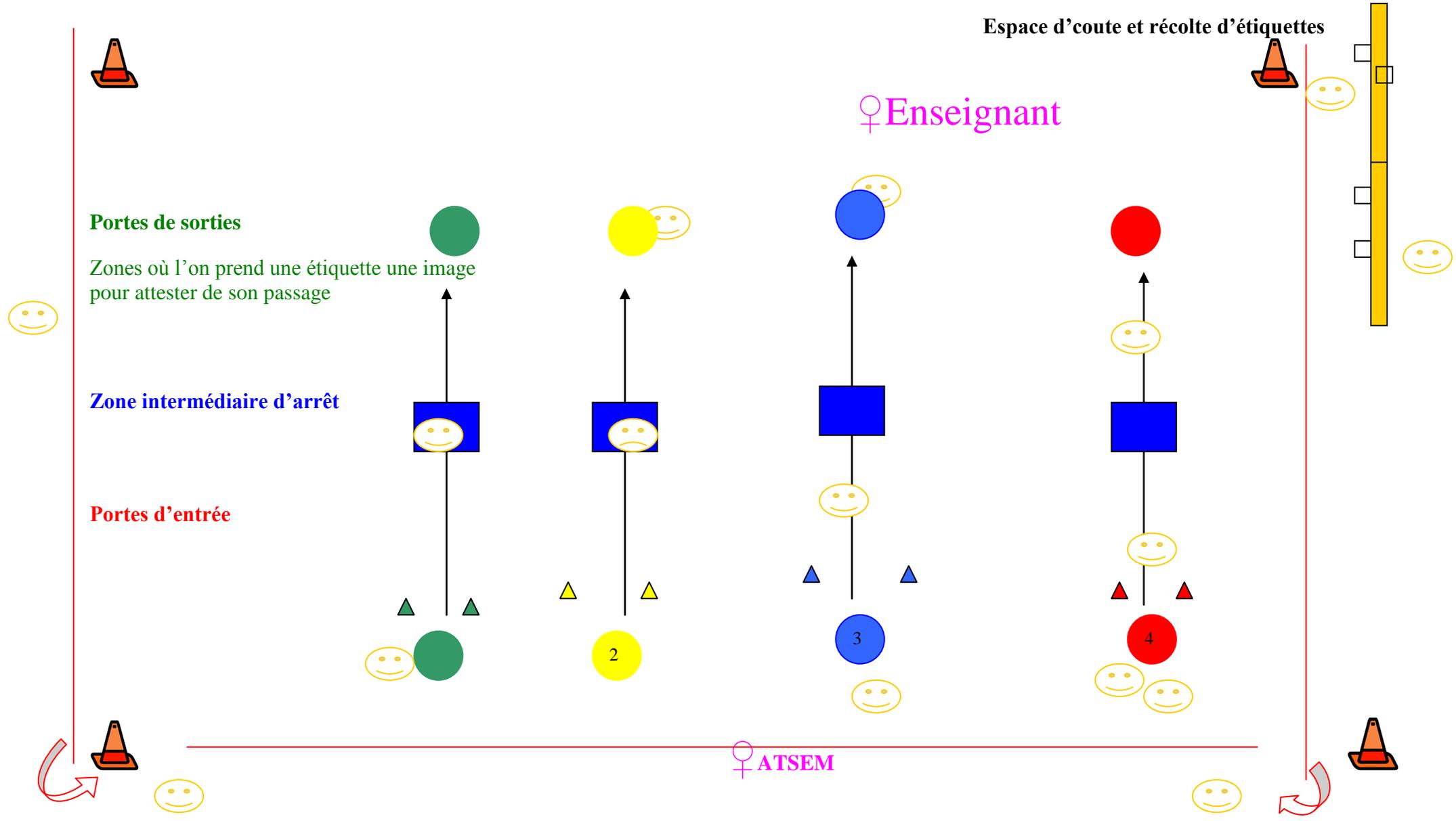
- Du dispositif et du but
- Du résultat de mon action
- De ce qu'il y a à faire
- De ce que je peux faire

##### - Attitudes positives

- Concentration
- Oser faire, vouloir apprendre

← SENS DE ROTATION pour retourner aux portes d'entrée en dehors de l'espace de jeu →

Affichage



## Phase de découverte et référence

Cette phase constitue les premières séances PS 5 à 6 séances et en GS 2 à 3 séances.

Le dispositif est commun de la PS à la GS.

Les contraintes sont dans un premier temps donné par le dispositif et par les actions à faire (faire le chat ...) sur chaque parcours (les trois premières séances pour tous) ;

Puis sur les 4°, 5°, 6° séances en MS et GS, le dispositif reste le même, mais peuvent être mises les contraintes sur les actions: exemples attendre immobile, marcher en AR .....

Ce sont des **situations de mise en activité** : découverte du dispositif et matériel et installations des règles sécurité et de fonctionnement : porte d'entrée, stops, arrivée, sens de rotation, prise de gommettes, images.....

Doivent être installés tout de suite :

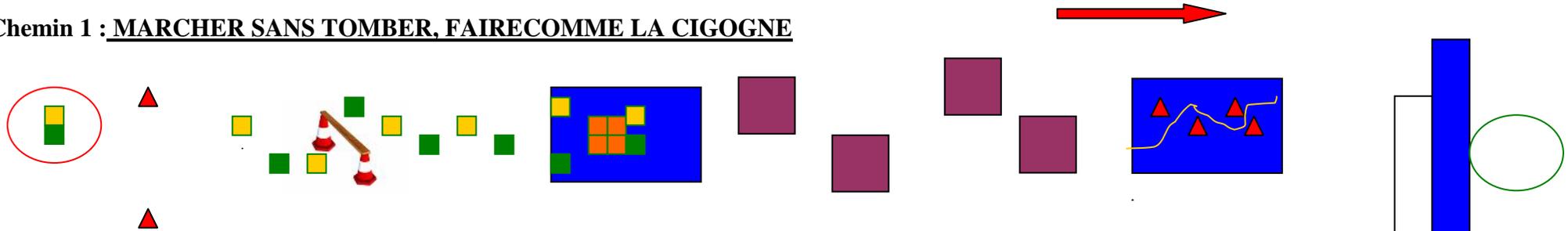
- Les **deux espaces** jeu et écoute
- **La notion de parcours** (les portes d'entrée et de sortie)
- **Les règles d'or**
  - ne pas courir dans le parcours
  - ne pas bousculer un camarade
  - être seul sur un engin (attendre son tour dans les zones d'arrêt)
- **Le but** : parcourir les chemins et prendre des étiquettes
- **Les critères de réussite (fin de la phase découverte)**
  - **PS** : reconnaître les chemins dans la salle, faire chaque chemin de l'entrée jusqu'à la sortie en respectant les règles, donner l'étiquette des parcours réalisés à l'enseignante.
  - **GS**. reconnaître les chemins sur le dispositif en classe, faire les parcours jusqu'à la sortie en respectant les règles et les contraintes de réalisation, donner l'étiquette des parcours réalisés à l'enseignante, reconnaître ses parcours réalisés

Rechercher systématiquement une liaison forte entre la préparation de la séance en classe (sollicitation, langage, explicitation des repères), et la séance en salle (évaluation, langage sur le dispositif, le vécu, les chemins, à propos des images gymniques récupérées par les élèves....).

Sur ce dispositif les élèves de GS peuvent s'évaluer (grâce aux gommettes, images sur une fiche) les chemins faits ou non, les difficultés rencontrées ; et se mettre en projet : les parcours ateliers où ils vont travailler davantage.

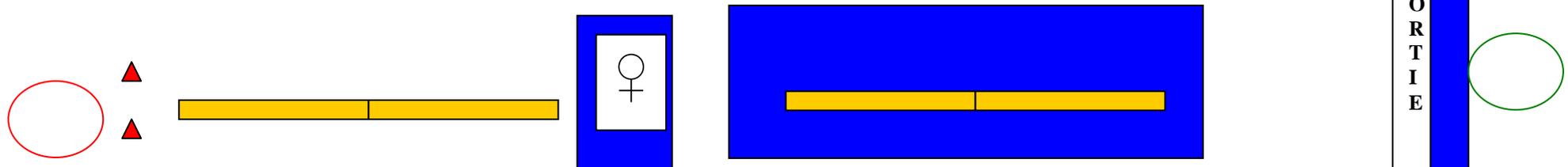
*Des propositions de chemins*

**Chemin 1 : MARCHER SANS TOMBER, FAIRE COMME LA CIGOGNE**



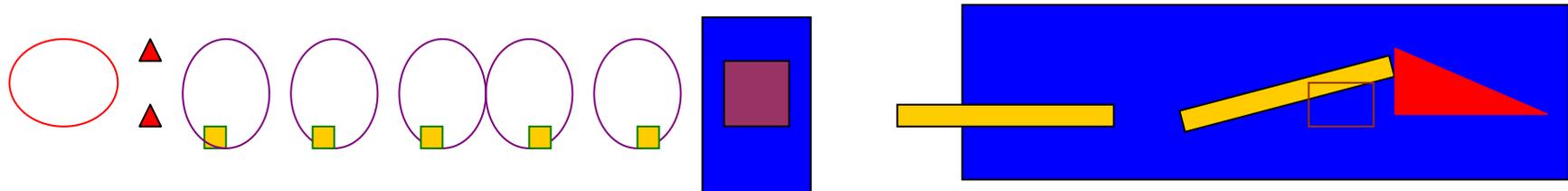
PS Attendre  
 GS Attendre sans bouger pas en équilibre Attendre pas de géant marche en zig zag  
 pas en équilibre tourner Attendre en zig zag en AR

**Chemin 2, RAMPER DANS LA GROTTES OU FAIRE COMME LE LEZARD**



PS Attendre, glisser **sous** les bancs, tunnel...  
 GS Attendre immobile fesses Attendre en restant allongé, ramper **sur** les bancs  
 Attendre en restant allongé, ramper **sur** les bancs en ne posant pas les fesses

**Chemin 3 : MARCHER A 4 PATTES OU FAIRE COMME LE CHAT**



**PS Attendre** passer dans le tunnel cerceau  
descendre dans la zone

**Attendre**

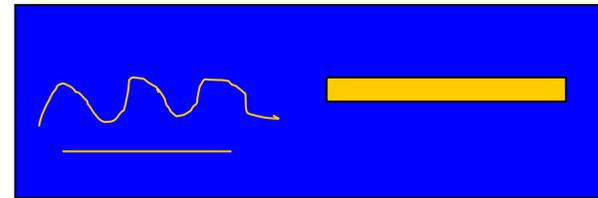
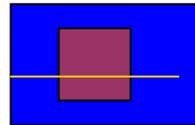
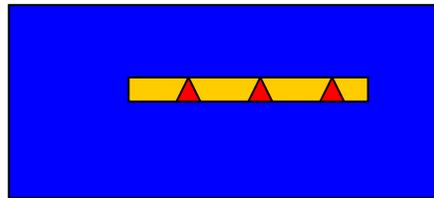
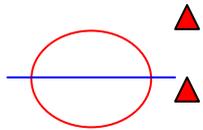
se déplacer sur les bancs (le deuxième monte) en

**GS Attendre** immobile se déplacer dans les cerceaux **2 mains 2 pieds** (bond de lapins)  
mains 2 pieds (bond de lapins).

**Attendre**

se déplacer sur les bancs 2

#### **Chemin 4 : MARCHER SUR UN FIL, FAIRE COMME LE FUNAMBULE**



**PS Attendre** sur un fil, marcher **sur le banc**  
**au sol**

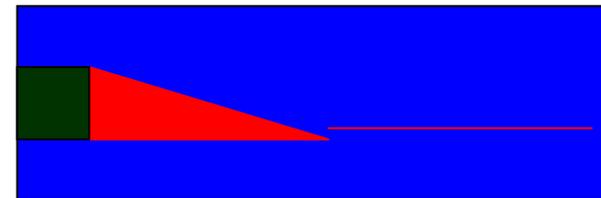
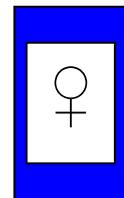
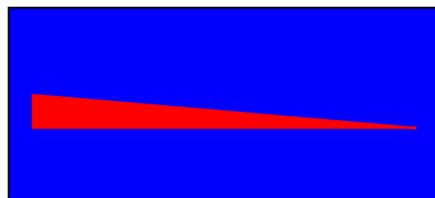
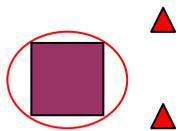
**Attendre** sur un fil

marcher en 2 traits en zig zag , sur **la poutre posée**

**GS Attendre** immobile marcher **sur le banc par-dessus les cônes**, **Attendre**  
yeux fermes, **sur banc en Ar** ou **sur mini poutre( 20 cm maxi)\_en AV**

se déplacer **sur ligne droite** tracée au sol en sautant ou

#### **Chemin 5 : ROULER, FAIRE LA TOUPIE**

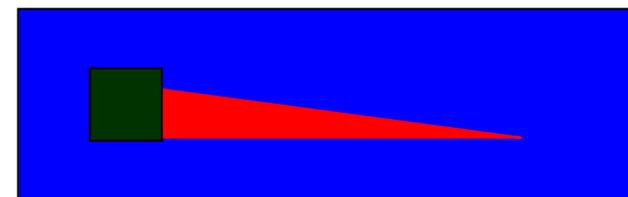


**PS Attendre** rouleau (légèrement en pente) **Attendre** au sol  
**GS Attendre** immobile rouleau en avant **Attendre e**

rouleau en pente

rouleau sur la ligne

Dispositif GS la roulade au sol est trop difficile pour des GS  
Rouler en avant sur le plan incliné avec départ surélevé



## Phase de structuration

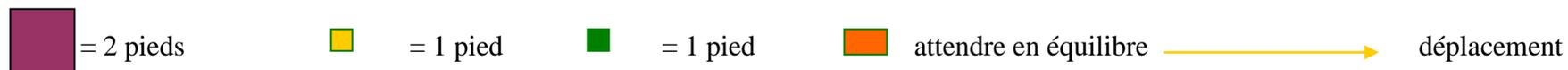
Travail sur les actions élémentaires : **Se déplacer, tourner, s'équilibrer, sauter, apprendre à chuter, s'arrêter, se déplacer en quadrupédie.**

Des dispositifs possibles :

- Des parcours ateliers (même dispositif)
- Des ateliers plus séparés dans l'espace
- Des ateliers mixtes au niveau des actions
- Un seul parcours, par contre, risque de créer beaucoup d'attente ; Il en faut au moins deux en parallèle. Sont conseillés alors un traçage strict des zones de départ d'arrivée et des zones d'arrêt obligatoires ; un sens de rotation, respect strict des règles d'or.

**Des exemples de parcours ateliers à partir du même dispositif.**

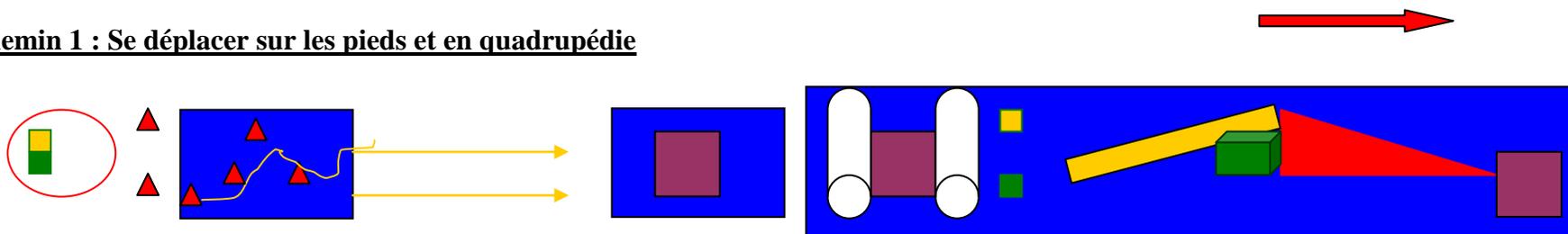
*Légende*



**Attendre dans le cerceau au départ** que la porte puisse être ouverte = celui de devant la zone d'arrêt au milieu, **attendre dans la zone centrale** que le précédent soit sorti du parcours (cerceau)

L'enseignant doit toujours pouvoir voir tous les ateliers. Il est conseillé qu'il ne soit pas pris par un atelier en particulier mais disponible pour la régulation de la classe.

**Chemin 1 : Se déplacer sur les pieds et en quadrupédie**



**PS, Attendre** se déplacer en zigzaguant entre les plots, courir      **Attendre** 4 pattes par-dessus les rouleaux puis en montant et descendant  
 ➤ CR respecter les contraintes du début jusqu'à la fin.  
**GS Attendre immobile** se déplacer en AR      **Attendre immobile...** bonds de lapins par-dessus les rouleaux puis en montant et descendant

- CR respecter les contraintes du début jusqu'à la fin .les bond de lapins doivent être 2 mains 2 pieds

### Variables

/début PS : Marche arrêt saut 2 pieds, **GS** : Course arrêt saut 2 pieds, cloche pieds enjambé....

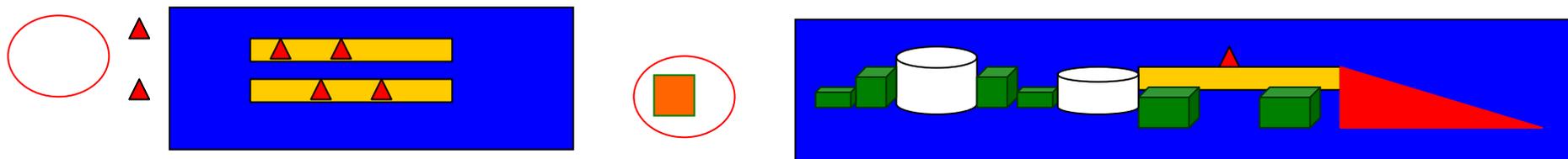


/sur le 4 pattes

**PS** en AR, **GS** parcours avec des angles qui sollicite davantage l'appui sur les mains

La coordination difficile marche (course) saut ou saut saut est à rechercher. La quadrupédie qui sollicite la coordination bas et haut du corps est très importante dans le développement moteur et affectif de l'enfant.

### Chemin 2 : Se déplacer en AV et en AR et garder son équilibre



Banc

**PS : Attendre** Se déplacer en équilibre sur poutre au sol **Attendre immobile** monter, descendre les escaliers, marche sur poutre très basse, descendre

- CR Marcher et attendre en avant sans tomber

**GS Attendre immobile** Se déplacer en équilibre sur poutre au sol pardessus les obstacles, **Attendre en équilibre sur 1 pied** monter, descendre les escaliers, sans s'aider des mains, marche sur poutre très basse par-dessus cônes, descendre

- CR marcher sans tomber et sans s'aider des mains

### Variables :

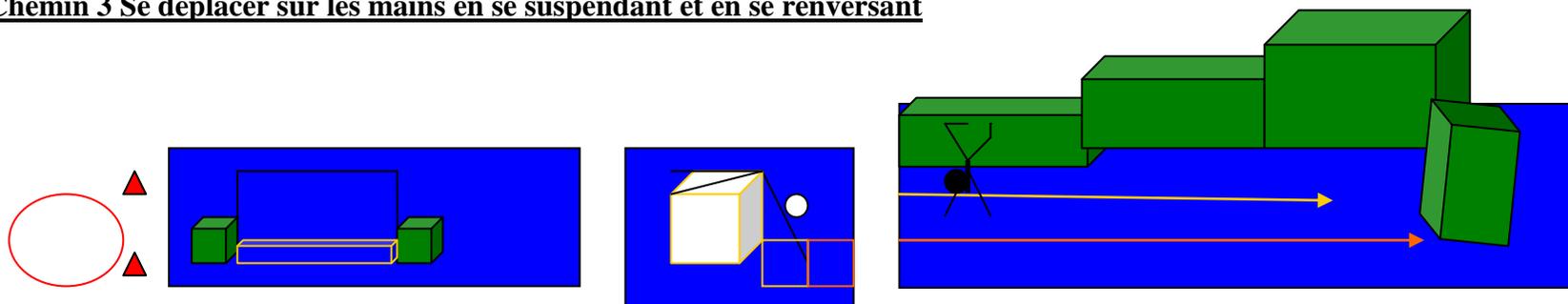
**PS** Se déplacer en équilibre sur poutre au sol pardessus des lignes, idem poutre très basse

**GS** Se déplacé en AR (sans obstacle) ou en transportant des objets, ou une ½ en AV et une ½ en AR, ou en agitant un chiffon horizontalement ou verticalement.

Dans cet atelier les complexifications seront sur les contraintes d'action, en aucun la hauteur de la poutre ne doit être supérieure à 30 cm. Ce qui est recherché c'est la maitrise autonome des conduites motrices après des expérimentations variées et non la mise à l'épreuve par la hauteur qui n'apporte rien à cet âge.

Conserver son équilibre soit dans un espace contraint, soit plus fin, soit en faisant quelque chose avec les membres supérieurs, soit en conservant une posture sont à rechercher.

### Chemin 3 Se déplacer sur les mains en se suspendant et en se renversant



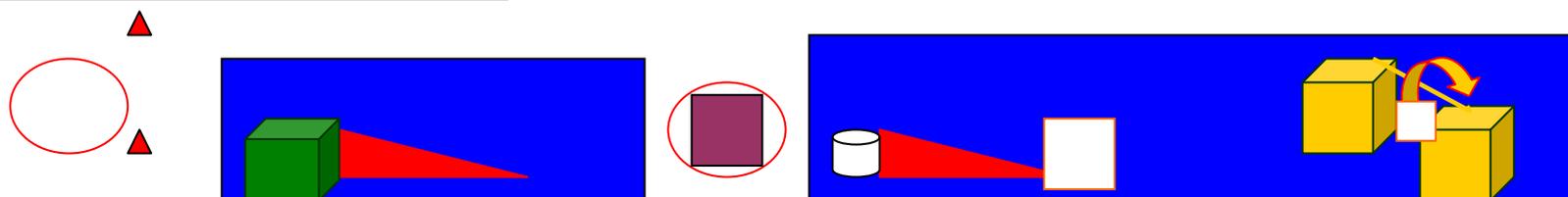
**PS : Attendre** Dispositif sans la barre pour les PS se déplacer à 4 pattes / aux obstacles, **Attendre les pieds surélevés**, se déplacer à 4 pattes sur les blocs en escalier.

➤ CR Se déplacer en avant en utilisant le plus possible les mains

**GS Attendre immobile** Se déplacer en se suspendant à la barre (hauteur maxi bras tendus sol +10 cm) , **Attendre pieds surélevés** (plus les mains sont proches du contre haut ? plus la position est renversée donc il faut matérialiser des zones au sol) se déplacer pieds surélevés sur des blocs avec un angle pour changer de direction sur les mains (plus les mains sont proches du contre haut plus la position est renversée donc il faut matérialiser des zones au sol)

➤ CR Se déplacer en utilisant les pieds et les mains dans l'une ou l'autre zones jaunes (prés) orange (loin)

### Chemin 4 Rouler sur le coté et ou en avant



**PS : Attendre** Faire le rouleau sur le coté d'enfant (hauteur des bras tendus sur barre et pieds au sol)

➤ CR rouler sur le coté et rouler autour doucement

**Attendre** rouleau +s'arrêter

rouler autour de la barre qui est à hauteur

**GS Attendre immobile** Rouler en avant d'un contre haut, **Attendre** rouler en avant sur un plan incliné mais sans contre haut ; rouler autour de la barre arriver dans le carré

➤ CR Rouler en avant et rouler autour doucelement en contrôlant

### Variables

PS Rouler en avant sur le 1° dispositif en contre haut.

GS Rouler en arrivant les 2 pieds dans une zone puis entre 2 lignes tracées.

La rotation en avant entraîne une perte de repères qui peut mettre en difficulté certains enfants, d'où l'étape intermédiaire du « faire le rouleau ». Rouler en avant peut poser problème car il demande une coordination et une prise de repères sur soi :

- construire l'espace AR / soi : il faut permettre à l'enfant de retrouver rapidement le contact avec le sol grâce au bras qui peuvent être rapidement ramenés au sol ou avec une aide adulte (créer un appui dans le dos)

- faire passer les fesses par-dessus la tête : simplification par un contre haut, matérialiser ce moment avec un repère visuel (tissu entre les genoux que l'on regarde passer) ou kinesthésique (aide adulte dans le dos)

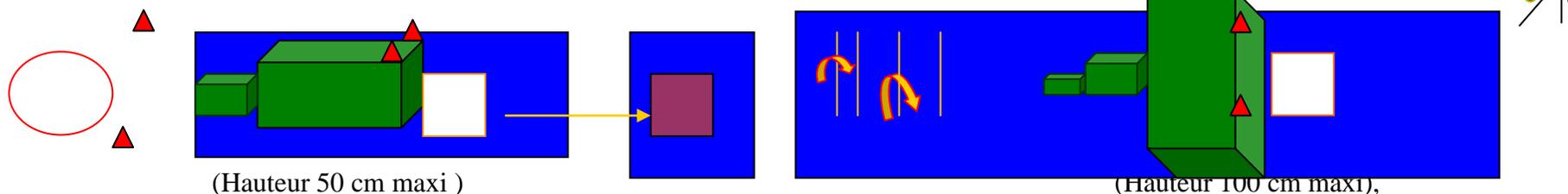
Les mains ont un rôle facilitateur pour enrrouler la nuque quand il n'y a pas de contre haut (bras tendus pour monter les fesses).

Pour toutes ces raisons, la roulade au sol est difficile et déconseillée pour les maternelles.

On doit insister sur la consigne « rester en boule » (menton poitrine), il ne faut pas trop vite demander d'arriver sur les pieds car cela fait « dégrupper » le corps ce qui nuit à la rotation.

« Rouler entre deux lignes » sur un plan incliné demande un certain contrôle et ne peut être travaillé que lorsque les problèmes d'enroulement, de coordination, et prise de repères sont maîtrisés.

### Chemin 5 Sauter, apprendre à chuter



**PS : Attendre** grimper aller jusqu'aux aux cônes , tomber dans la zone au sol marcher s'arrêter dans la zone **Attendre** , sauter par-dessus repères au sol , grimper avec escalier tomber 2 pieds dans la zone , en regardant l'adulte ou une cible

➤ CR Sauter dans les zones

**GS Attendre immobile** grimper aller jusqu'aux aux cônes , sauter en tapant dans ses mains, arriver dans la zone au sol, courir s'arrêter dans la zone 2 pieds serrés **Attendre immobile** sauter par-dessus repères au sol(étroit large 1 pied 2 pieds) grimper sans escalier sauter en regardant la couleur de l'assiette tenue par ATSEM ou un camarade

➤ CR Sauter dans les zones arriver immobile

La hauteur de l'obstacle est déconseillée car la maîtrise du corps pendant une suspension dépend des ressources personnelles de l'enfant (équilibre, tonicité, taille, rapport taille/ poids ). Si l'adaptation n'est pas optimale, cela peut entraîner des lésions et des accidents. La variété des informations visuelles et kinesthésiques est à rechercher par rapport à la hauteur qui doit juste être suffisante pour avoir une phase de suspension. La maîtrise de la suspension et de la chute. (tonicité, équilibre, latéralité) se construisent progressivement. Le rôle du regard dans l'équilibration et la dissociation est important. La recherche d'un envol reste trop complexe pour la plupart des élèves. Le premier envol demande en effet une dissociation entre haut et bas du corps stabilisée, une coordination des actions course saut appel 2 pieds et une tonicité suffisante pour impulser le corps.

<b>Bilan</b> <b>Phase d'évaluation</b>
---

Les élèves testent puis s'entraînent 3 à 4 séances sur 5 parcours avec les éléments travaillés au dessus en mixant les actions :

➤ 2 verts (facile) ,2 bleus (moyen ), 1 rouge (difficile)

### **Situation de bilan de fin de module**

Les élèves sont capables de :

#### **PS**

Dans la classe (avant), de **reconnaître** les parcours représentés.

Dans la salle, de **choisir un parcours et de le réaliser** en entier sans se tromper en respectant les règles d'or, les actions à faire et les contraintes sur l'espace.

Dans la classe (après), de **raconter et décrire**, autour du dispositif matérialisé, avec l'enseignante ce qu'ils ont fait.

#### **GS**

Dans la classe (avant), de **choisir et représenter** un parcours adapté à leurs possibilités pour pouvoir le réaliser et le réussir 5 fois.

Dans la salle ; de **le réaliser et le réussir 5 fois** en respectant les règles d'or, les consignes et les contraintes sur les actions à faire et sur l'espace.

Dans la classe (après) de **faire le bilan de leur réussite** ou non, d'échanger avec d'autres sur leur parcours, avec l'aide l'enseignante.