Recommandations pédagogiques EPS de la Région Académique de la Guadeloupe

De : Jérôme Louvet I.A.- I.P.R. EPS

Objet : Recommandations relatives à la randonnée pédestre pour l'enseignement de l'EPS, de l'EDS EPPCS, de l'option EPS, de la MC AG2S et l'animation des activités des sections sportives scolaires et du sport scolaire.

Date : 16/02/2024

Mesdames et Messieurs les chef(fe)s d'établissement,

Mesdames et Messieurs les enseignant(e)s d'EPS,

Afin de répondre aux questions que chacune et chacun d'entre vous et/ou chaque équipe de direction et d'EPS me posent de façon légitime pour tenir les exigences administratives et sécuritaires de l'activité randonnée, les formats pédagogiques les plus adéquats, les contenus d'enseignement les plus adaptés et les modalités de mise en œuvre les plus fonctionnelles, j'ai le plaisir de vous adresser le document de synthèse ci-dessous vous permettant d'accompagner vos pratiques pédagogiques.

Je reste à votre entière disposition pour vous rejoindre dans votre établissement et vous aider ainsi à mettre en œuvre un enseignement de l'EPS ou d'option ou de spécialité, mais aussi celui dispensé dans le cadre de la Mention Complémentaire de la Voie Professionnelle, vos animations dans le cadre de vos sections sportives scolaires sans oublier celles du sport scolaire.

Ces recommandations, dont le seul impératif demeure sécuritaire, se veulent souplement adaptables aux caractéristiques de vos élèves, aux orientations pédagogiques des projets de vos établissements ainsi qu'aux contextes d'exercice du métier.

Dans tous les cas, vos enseignements viendront possiblement alimenter, et je vous en remercie par avance vivement, les parcours citoyen en sensibilisant les élèves aux questions du développement durable par l'usage d'espaces naturels sensibles, santé en offrant une pratique accessible, culturel par la découverte du monde qui les entoure et avenir en faisant naître peut-être des vocations vers le secteur professionnel du loisir sportif touristique.

Recevez tous mes encouragements pour continuer à « embarquer » vos élèves, nos élèves, à la découverte des richesses de notre archipel ainsi que mes salutations les plus respectueuses.

Jérôme Louvet IA-IPR EPS

Sommaire du document :

1. Approche éducative et technologique de la randonnée orientation page 3

- La randonnée
- L'orientation
  - Avant l'action
  - Pendant l'action
  - Après l'action
- Randonnée et format pédagogique

2. Démarche de valorisation touristique page 5

3. Monter un projet de séquence ou de sorties : page 6

- Dimension administrative et sécuritaire page 6
- Dimension pédagogique page 7
  - Socler cet enseignement en collège
  - Articuler les AFL et les AFLP en Lycée et Lycée Pro
- Liens inter-disciplinaires possibles Page 9

1. Approche éducative et technologique de la randonnée orientation

Deux composantes de l'activité : randonnée, orientation.

La randonnée :

Cette activité, parmi les sports de nature, est la première en nombre de pratiquants dans le champ social depuis que le temps de loisir se libère. Son apparition en EPS doit aux initiatives des enseignant(e)s d'EPS qui en ont fait un levier éducatif majeur pour :

- Atteindre la finalité santé d'une activité physique d'intensité modérée mais permettant une mise en pratique accessible à toutes et à tous. L'effet « COVID » en a accéléré la programmation devant l'impératif de lutter contre la sédentarité et l'obésité en tous lieux du territoire national.
- Développer des compétences associées à la gestion réussie d'un déplacement finalisé dans une logique de « partir-revenir » propre au champ d'apprentissage N°2 et exposé potentiellement aux aléas météorologiques et au risque de se perdre.
- Faire découvrir aux élèves les richesses patrimoniales de leur propre territoire.

L'orientation :

Les questions éducatives posées par une randonnée collective durant laquelle la vitesse de déplacement du groupe est calée sur la vitesse du plus lent, sont singulières. Les élèves n'étant pas engagé(e)s dans une pratique de performance, l'enseignant peut exiger le déploiement de compétences à préparer un itinéraire principal, un itinéraire bis, des géo-localisations permanentes et un suivi d'itinéraire poussé. L'analyse d'itinéraire(s) en fin de sortie demeure une étape précieuse pour prolonger la compréhension de la carte et son usage.

Les compétences prioritairement à développer :

Avant l'action :

Comprendre comment est constituée une carte : un cartouche avec sa légende ; un quadrillage noir orthonormé provenant du système de projection Lambert ; un quadrillage bleu en fuseau (lignes courbes) permettant de donner les coordonnées GPS en unités UTM (Universal Transverse Mercator), celles utilisées par les services de secours.

Connaitre pour l'interpréter le langage cartographique à l'aide de la légende : 4 catégories d'éléments figurent sur une carte : la planimétrie (constructions humaines) l'hydrographie (eaux et écoulements), l'orographie (reliefs), la toponymie (noms des lieux). Les couleurs codent également l'information utile (noir pour la planimétrie, bleu pour l'hydrographie, vert pour la végétation, bistre pour les reliefs, rouge pour les informations touristiques). Les symboles distinguent les éléments, itinéraires, surfaciques, et les signes ponctuels conventionnels.

Géo-localiser les points de départ et d'arrivée ainsi que la zone d'évolution bordée par les lignes d'arrêt. Sur une carte IGN TOP 25 (Echelle : 1/25 000ème c'est-à-dire 1 cm sur la carte = 250 mètres sur le terrain), les élèves doivent connaitre les lignes de butée à ne jamais dépasser. Elles sont à surligner en couleur rouge.

Connaitre la différence entre le Nord géographique (celui de la carte) et le Nord magnétique (celui donné par la boussole quand on a intégré que la Terre se comporte comme « un aimant polarisé »). Cette connaissance permet de savoir mettre Nord sur Nord en prenant en compte la déclinaison magnétique (plus ou moins importante selon la géolocalisation : en Guadeloupe, sa valeur est non négligeable : elle s'élève à 15°).

Savoir repérer les distances (par l'échelle) et les dénivelés (analyse orographique) pour définir « un profil de course » ou un « profil d'itinéraire ». Pour l'analyse des reliefs, les courbes de niveaux (intégrant les courbes

dites maitresses) permettant de reconnaitre les dénivelés, les raideurs de pente ainsi que les rentrants (talweg) et les sortants (croupe). Sur une carte Top 25, l'effet d'estompage accentue la lisibilité des reliefs : ils sont éclairés par une lumière provenant du nord-ouest sur la carte, ce qui place dans l'ombre les pentes exposées au sud-est.

NB : afin d'identifier la charge énergétique d'une randonnée, le couplage distance-dénivelé ne suffit pas : la marche tous terrains (marche en fond de rivière, boue et racines ou en reliefs très escarpés…) sollicite le système multimodal de l'équilibration (vision, proprioception, vestibule) de façon plus forte et participe d'une fatigue nerveuse donc énergétique à prendre en compte. Le stress d'un environnement inconnu peut en amplifier également les effets.

Pendant l'action

Savoir orienter sa carte en mettant « Nord sur Nord » (faire correspondre à l'aide de la boussole le nord géographique avec le nord magnétique en prenant en compte la déclinaison magnétique).

Savoir opérer un suivi d'itinéraire en vérifiant sa géo-localisation à partir des mains courantes (un chemin par exemple), des points de décision (un carrefour par exemple), d'éléments remarquables (une ruine par exemple), d'éléments discrets (une souche par exemple) et/ou d'éléments fictifs (obtenus par triangulation pour le niveau lycée ou sport-scolaire et/ou section sportive scolaire).

S'orienter en maitrisant la technique du POP (Plier-Orienter-Pouce).

Maitriser son déplacement en mobilisant une technique d'orientation quand la situation l'impose :

- La segmentation du parcours et les 3 types de suivi (cartographique, altimétrique et d'azimut).
- NB : marcher sous l'angle de marche exige de savoir mesurer un azimut sur la carte, reporter un azimut sur le terrain et inversement
- L'erreur volontaire
- Le contournement d'obstacles à vue et en aveugle
- La balise humaine en visée – contre-visée
- La triangulation
- NB : la tangente à la courbe s'avère une technique délicate à maitriser et ne sera pas valorisée ici

Après l'action

L'analyse avec les élèves de l'itinéraire suivi et des surprises que réservent la réalité en comparaison avec la carte et le projet est toujours une source d'apprentissage en ce domaine.

Réserver un temps à cette activité en systématisant un sas temporel incompressible de bilan post-randonnée est à privilégier.

Randonnée et format pédagogique :

La vitesse de déplacement du groupe étant faible (voire très faible, de l'ordre de 2 à 3 KM/H en cas d'élèves en difficulté), enseigner cette activité suppose le recours à une organisation couplée à des intentions singulières.

L'organisation en file indienne (par deux quand la largeur du sentier le permet) détermine une tête de colonne et une fermeture de la marche. Pour permettre aux élèves de maintenir un suivi d'itinéraire effectif, l'enseignant demande une rotation de la tête de colonne régulière. Cette rotation doit être scandée par des durées n'excédant pas 3 minutes, le binôme de tête devant serre-file pendant que le binôme qui lui succédait prend son relais en tête. Ainsi, les élèves doivent en permanence savoir où ils sont et où ils vont en suivi sur la carte (POP) et en relation avec le terrain.

Dans le cadre de la préparation de l'itinéraire, les points de changement de tête de colonne peuvent être

déterminés par avance. Ils peuvent souplement être adaptés durant la randonnée elle-même.

Dans le cadre d'une adaptation au niveau de compétences des élèves, le changement de tête de colonne peut s'opérer :

Sur une fin ou une partie de main courante (fin du chemin, de la lisère, milieu de segment de chemin…) : niveau le plus accessible

Sur un point de décision (carrefour, intersection de chemins…) : niveau restant accessible

Sur un élément remarquable (ruine, souche, talweg…) : niveau plus délicat

Sur un point discret (modification de relief, rentrant ou sortant… : niveau nécessitant un niveau de maitrise élevé

Sur des éléments fictifs obtenus par triangulation (seulement avec les plus compétents en Lycée et/ou SSS).

L'orchestration de cette rotation permanente en tête de colonne pourra être ritualisée ou routinisée.

2. Démarche de valorisation touristique :

Elle consiste à mettre en valeur la richesse d'un patrimoine qui se décline en de multiples dimensions.

Le patrimoine est :

- Géologique
- Faunistique
- Floristique
- Culturel ou humain dit « anthropographique » (architectural, industriel, religieux, agricole, vernaculaire, maritime, artistique).

La démarche de valorisation peut opérer de deux façons :

La plus fruste et la moins opérante consiste à en faire un simple inventaire sur le terrain, une fois l'opération de zonage accomplie (on choisit une zone à explorer uniquement pour sa pertinence patrimoniale). Il suffit alors de dédier une carte à chaque type de patrimoine et de les superposer.

La plus féconde et la plus stimulante revient à déployer une logique systémique inspirée par les préceptes de Vidal de la Blache et dans sa ligne, par l'approche des Annales de Marc Bloch et Lucien Febvre.

Cette perspective repose sur l'idée que l'activité humaine dans un espace (la géographie) tirée dans le temps (l'histoire) ne peut se comprendre sans analyser le substrat qui la fait naître.

En somme, la géologie demeure le premier déterminant, car combinée à une météorologie, elle détermine une couverture végétale donc animale. C'est en raison de la configuration d'un espace, de sa composition et de son occupation faunistique et floristique que l'homme s'y implante pour y vivre, en exploiter les ressources et s'y développer. On comprend que cette approche revient à mettre en relation des cartes de façon fonctionnelle et systémique, ce qui dépasse une simple superposition passive des patrimoines. C'est à ce titre que l'évolution du patrimoine dans le temps peut aussi se comprendre. La pertinence se combine alors à la cohérence.

N.B. : Certains historiens prennent l'exemple, pour expliquer cette démarche, du déploiement de la civilisation égyptienne installée autour du fleuve le plus long d'Afrique, le Nil, en crue de façon systématique à la saison des pluies, alimenté par un bassin versant de taille monstrueuse. La stabilité des crues aura eu deux effets : déposer à chaque saison des limons fertiles en bordure du fleuve et irriguer les terres cultivables

avec stabilité. Cette spécificité géologique combinée à un climat attirera l'activité humaine qui en optimisera le rendement à partir d'une irrigation organisée et centralisée. Leur efficacité produira en cascades d'autres effets : une absence de famine d'un peuple qui jouit des richesses des cultures sans subir les sécheresses ; un système politique centralisé pour gérer une agriculture productive (le pharaon) ; une structuration pour préserver le territoire des invasions ; une libération des énergies pour les croyances (invention du premier monothéisme de l'histoire humaine sous Akhenaton), l'art et l'architecture. Quand un peuple n'a plus faim et s'enrichit par son commerce, il déploie son énergie vers ce qui pourrait paraitre plus futile mais qui constitue en réalité sa base civilisationnelle.

Ce schéma d'analyse est reproductible en tout territoire.

Demander aux élèves de procéder à une valorisation touristique de toute zone de randonnée consiste à :

- Exposer la démarche systémique reposant sur une pensée dite reliante
- Expliquer la nature des patrimoines
- Répartir les recherches patrimoniales par binôme d'élèves (ou tout autre forme de groupement)
- Opérer en pédagogie inversée permettant aux élèves de faire des recherches documentaires au CDI et/ou internet
- Demander une fiche de synthèse avec géolocalisation des points de valorisation touristique
- Sur le terrain, arrêter le groupe sur ces points et donner la parole aux élèves pour présenter ce qu'il y a à voir, admirer et comprendre.

Les élèves peuvent élaborer des petits guides touristiques en version papier et/ou exploiter les outils numériques nomades pour se connecter au site de l'établissement sur lequel sont déposés les contenus de valorisation par point de géolocalisation. Cette trace écrite pourra avantageusement intégrer les éléments cartographiques des itinéraires suivis.

Pourront naître ainsi des vocations : certain(e)s d'entre elles et d'entre eux voudront peut-être rejoindre les métiers du Tourisme par la voie professionnelle ou en post-bac pour la voie générale et technologique.

En conclusion, « On ne voit que ce que l'on connait » a dit un jour Peter Greenaway. L'accès à la culture patrimoniale qui participe de la formation citoyenne est à ce prix.

3. Monter un projet de séquence ou de sortie :

Dimension administrative et sécuritaire :

En référence à la circulaire (N°2017-075 du 19 avril 2017 parue au BO du 20 avril 2017) portant sur les exigences de sécurité dans les activités physiques de pleine nature dans le second degré, les précautions à prendre sont les suivantes.

Pour valider le projet qui peut exiger un cout de transport et aussi une organisation scolaire modifiée, le feu vert de la Direction de votre établissement (et du CA le cas échéant) s'avère incontournable.

Le document pédagogique devra définir :

- les objectifs pédagogiques poursuivis en relation avec les programmes
- l'itinéraire de la randonnée et son itinéraire bis. Les réchappes devront y figurer.
- la géolocalisation GPS (coordonnées UTM) des points de départ et d'arrivée
- l'extrait de carte IGN Top 25 avec les itinéraires suivis surlignés (en vert) et les lignes d'arrêt (en rouge)
- un profil de course (distance et dénivelé positif et négatif)
- les horaires de départ et d'arrivée avec marge de sécurité (au moins une heure avant la tombée de la nuit).
- NB : les droits d'accès et de passage devront être réglés avant la sortie. Dans les territoires de chasse identifiés les enseignants devront vérifier l'absence de chasseurs dans la zone

investie par l'usage scolaire en informant le ou les propriétaires et la société de chasse par courrier pour autorisation validée).

La sortie devra garantir un équipement vérifié : trousses de secours, baskets, sac à dos permettant aux élèves d'avoir les deux mains libres, protections solaires, eau, fruits…

Dimension pédagogique

Socler en collège cet enseignement en référence aux Attendus de Fin de Cycle en Champ d'Apprentissage N°2

Domaines du Socle Commun de Connaissance, de Compétence et de Culture dit S4C	
Domaine 1 : les langages pour penser et communiquer	Randonner en sécurité en codant-décodant carte/terrain et en situant le groupe et soi-même. Faire parler le patrimoine offert sur l'itinéraire.
Domaine 2 : les méthodes et les outils pour apprendre	Préparer l'itinéraire sur une carte IGN Top 25 en l'orientant, en manipulant les techniques d'orientation adaptées au terrain et en opérant les lectures carte terrain et terrain carte.
Domaine 3 : la formation de la personne et du citoyen (rôles et responsabilités pour travailler ensemble)	Mener le groupe en respect des vitesses de chacun et en particulier du plus lent. Valoriser collectivement la randonnée par contribution partagée. Connaitre et comprendre les piliers du développement durable appliqué aux espaces naturels sensibles au travers d'un sport nature donc de l'impact mesuré de l'activité humaine.
Domaine 4 : les systèmes naturels et les systèmes techniques	Réfléchir de façon inductive à partir de l'observation du terrain intégrant les échelles, la symbolisation et les modifications de dimensions entre le réel (en 3 D) et le figuré (en 2D). Comprendre la dynamique d'un système écologique sensible (et l'agenda 2030)
Domaine 5 : la représentation du monde et l'activité humaine	Maitriser le langage cartographique, les techniques d'orientation et les connaissances produites par la valorisation touristique

Liens avec les Attendus de Fin de Cycle (AFC) en Champ d'apprentissage N°2 « se déplacer en s'adaptant à des environnements variés et incertains »

(Extrait des Programmes (BO N° 31 du 30 juillet 2020)

AFC Cycle 3 :

Réaliser seul ou à plusieurs, un parcours dans plusieurs environnements inhabituels, en milieu aménagé ou

artificiel.

Connaitre et respecter les règles de sécurité qui s'appliquent à chaque environnement.

Identifier la personne responsable à alerter ou la procédure en cas de problème.

Valider l'attestation du savoir nager en sécurité (ASNS), conformément à l'arrêté du 9/10/2015 et Note de service du 28-02-2022 BO du 3 mars 2022.

AFC Cycle 4 :

Réussir un déplacement planifié dans un milieu naturel aménagé ou artificiellement recréé plus ou moins connu.

Gérer ses ressources pour réaliser en totalité un parcours sécurisé

Assurer la sécurité de son camarade

Respecter et faire respecter les règles de sécurité

Articuler les Attendus de Fin de Lycée (AFL) et les Attendus de Fin de Lycée Professionnel en Champ d'Apprentissage N°2.

AFL1 : S'engager à l'aide d'une motricité spécifique pour réaliser en sécurité et à son meilleur niveau, un itinéraire dans un contexte incertain

AFL2 : S'entrainer individuellement et collectivement pour se déplacer de manière efficiente et en toute sécurité

AFL3 : Coopérer pour réaliser un projet de déplacement en toute sécurité

AFLP CAP :

Conduire un déplacement adapté à ses ressources pour effectuer le trajet prévu dans sa totalité ; le cas échéant, savoir renoncer.

Utiliser les techniques efficaces pour adapter son déplacement aux caractéristiques du milieu

Sélectionner les informations utiles pour planifier son itinéraire et l'adapter éventuellement en cours de déplacement

S'impliquer dans les rôles sociaux pour s'assurer le bon fonctionnement d'une activité de pleine nature.

Contrôler ses émotions pour accepter de s'engager dans un environnement partiellement connu.

Se préparer, connaitre les risques, respecter la réglementation et appliquer les procédures d'urgence à mettre en œuvre dans les différents environnements de pratique pour s'y engager en sécurité.

AFLP Bac Pro :

Anticiper et planifier son itinéraire pour concevoir et conduire dans sa totalité un projet de déplacement.

Mobiliser des techniques efficientes pour s'adapter son déplacement aux caractéristiques du milieu.

Analyser sa prestation pour comprendre les alternatives possibles et ajuster son projet en fonction de ses ressources et celles du milieu.

Assumer les rôles sociaux pour organiser la pratique des activités de pleine nature.

Se préparer et maintenir un engagement optimal permettant de garder la lucidité tout au long de son parcours pour pouvoir réévaluer son itinéraire ou renoncer le cas échéant.

Respecter et faire respecter la réglementation et les procédures d'urgence pour les mettre en œuvre dans les différents environnements de pratique.

Qu'il s'agisse du savoir s'entrainer ou des rôles sociaux, la déclinaison du format pédagogique défini ci-dessus devrait permettre d'atteindre des compétences à s'orienter de façon plus approfondie qu'en collège si le parcours de formation des élèves le permet en proposant plusieurs séquences d'enseignement sur cette activité.

Liens inter-disciplinaires possibles :

Avec l'histoire-Géographie pour l'étude des cartes (points cardinaux, projections…) et la démarche de valorisation.

Avec les mathématiques pour étudier les projections géométriques, les référencements d'un point, les conversions d'échelles.

Avec la SVT pour connaitre en géologie la formation des roches, la modélisation du cycle des roches comprise dans la théorie de la tectonique des plaques. En biologie, la bio-diversité du vivant dans le cadre de la théorie de l'évolution actualisée par la révolution génétique.

Avec l'économie gestion au Lycée, pour comprendre la dynamique de développement dans un espace.

Avec les Sciences du numérique pour un usage à distance d'une banque de connaissances déposée sur site numérique accessible sur le terrain.