

ENGAGER LES ÉLÈVES EN ATHLÉ (ET ~~MANTENIR~~ LEUR ENGAGEMENT)

Ghislain Hanula



L'athlé en EPS ?

- Comment sont les élèves??
 - *Peu engagés au départ*
 - *Si engagés, la motivation se dégrade au fur et à mesure*



Réussite ?

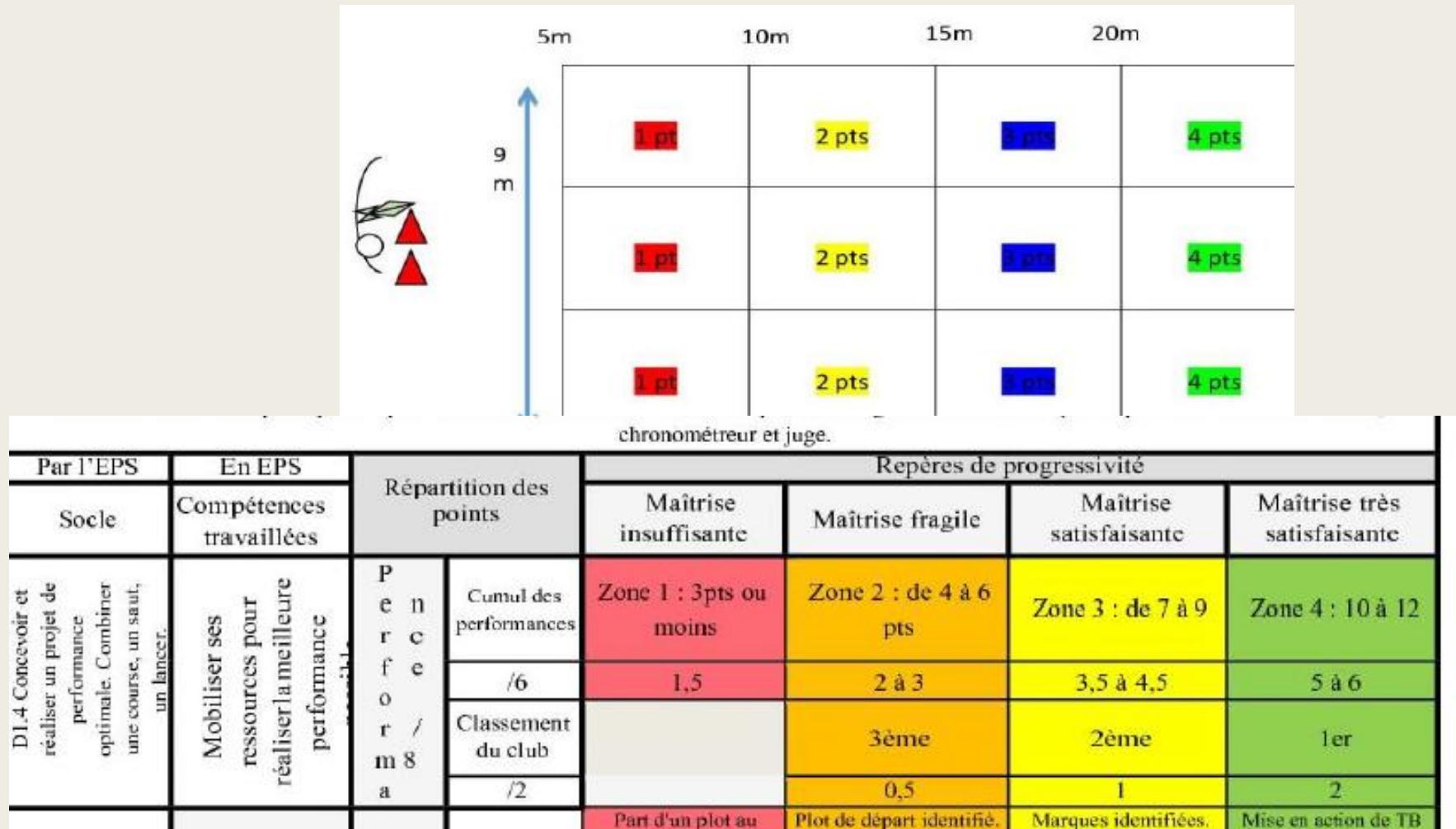


Effort ?

Course de demi-fond Bac Général et technologique 2019

Compétences attendues		Principes d'élaboration de l'épreuve																					
Niveau 4 : Pour produire la meilleure performance, se préparer et récupérer efficacement de l'effort sur une série de courses dont l'allure est anticipée.		<p>Le candidat réalise 3 courses (C1, C2, C3) de 500m (réécupération de 10mn maximum entre chaque 500 mètres) chronométrées par un enseignant à la seconde. Le candidat annonce avant son départ le temps estimé de C1 et sa stratégie de course parmi celles proposées ci-dessous. Il peut réguler sa stratégie uniquement après C1.</p> <p>Les candidats courent sans montre ni chronomètre mais un temps de passage leur est communiqué aux 250 m (pour C1 et C2). Le temps cumulé compte pour 70 % de la note.</p> <p>Le respect et la régulation de la stratégie de course comptent pour 20%.</p> <p>L'échauffement, la récupération et la gestion de l'effort comptent pour 10 %.</p>																					
Points à affecter	Éléments à évaluer	Niveau 4 non acquis			Degré d'acquisition du niveau 4																		
14 Points	Temps cumulé pour les trois 500 m réalisés	Note / 14	Temps Filles	Temps Gars	Note / 14	Temps Filles	Temps Gars	Note / 14	Temps Filles	Temps Gars													
		0,7	10'50	8'05	7	7'20	5'14	11,2	5'55	4'29													
		1,4	10'20	7'38	7,7	7'03	5'05	11,9	5'47	4'24													
		2,1	9'50	7'11	8,4	6'47	4'56	12,6	5'41	4'19													
		2,8	9'24	6'49	9,1	6'31	4'48	13,3	5'35	4'15													
		3,5	8'59	6'28	9,8	6'17	4'40	14	5'30	4'10													
		4,2	8'37	6'10	10,5	6'03	4'34																
		4,9	8'15	5'53																			
		5,6	7'56	5'37																			
		6,3	7'38	5'24																			
4 Points	Stratégie de course Le candidat annonce avant son départ le temps estimé de C1 et sa stratégie de course parmi celles proposées ci-après. Elle peut être régulée exclusivement à l'issue de la course 1.	Les schémas représentent graphiquement les variations de vitesse d'une course à l'autre (plus vite, moins vite, vitesse égale). Ils correspondent à une stratégie de course.																					
		Exemple de schéma choisi = 																					
	Stratégies proposées Elles ne sont pas hiérarchisées entre elles	Stratégie de course = deuxième course moins rapide que la première, troisième course à la même vitesse que la deuxième																					
	Respect et régulation de la stratégie de course annoncée En cas d'annonce de deux courses successives de même vitesse, un écart de 3 secondes est toléré	<table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <thead> <tr> <th colspan="4">Respect du temps annoncé pour C1 = 1 point</th> </tr> <tr> <th colspan="2"></th> <th colspan="2">Stratégie partiellement respectée</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2">La stratégie n'est pas respectée 0 pt</td> <td rowspan="2">Un élément de stratégie C1-C2 ou C2-C3 (ou C1-C3 pour la stratégie n°1) est respecté avec une régulation 1 pt</td> <td colspan="2">Un élément de stratégie C1-C2 ou C2-C3 (ou C1-C3 pour la stratégie n°1) est respecté sans régulation 2 pts</td> </tr> <tr> <td>La stratégie C1-C2-C3 est respectée avec régulation 2,5 pts</td> <td>La stratégie C1-C2-C3 est respectée sans régulation 3 pts</td> </tr> </tbody> </table>									Respect du temps annoncé pour C1 = 1 point						Stratégie partiellement respectée		La stratégie n'est pas respectée 0 pt	Un élément de stratégie C1-C2 ou C2-C3 (ou C1-C3 pour la stratégie n°1) est respecté avec une régulation 1 pt	Un élément de stratégie C1-C2 ou C2-C3 (ou C1-C3 pour la stratégie n°1) est respecté sans régulation 2 pts		La stratégie C1-C2-C3 est respectée avec régulation 2,5 pts
Respect du temps annoncé pour C1 = 1 point																							
		Stratégie partiellement respectée																					
La stratégie n'est pas respectée 0 pt	Un élément de stratégie C1-C2 ou C2-C3 (ou C1-C3 pour la stratégie n°1) est respecté avec une régulation 1 pt	Un élément de stratégie C1-C2 ou C2-C3 (ou C1-C3 pour la stratégie n°1) est respecté sans régulation 2 pts																					
		La stratégie C1-C2-C3 est respectée avec régulation 2,5 pts	La stratégie C1-C2-C3 est respectée sans régulation 3 pts																				
2 Points	Préparation et récupération	Mise en train désordonnée. Mobilisations articulaires incomplètes. Activité irrégulière pendant les phases de récupération. 0 pt			Mise en train progressive. Utilise des allures de son 500m. Mobilisations articulaires ciblées. Récupération active immédiatement après l'effort. 1 pt			Mise en train progressive et continue. Mobilisations articulaires complètes et adaptées à l'épreuve. Récupération intégrant une mise en activité pour le 2e et le 3e 500 m. 2 pts															

Avec des couleurs et des compétences?



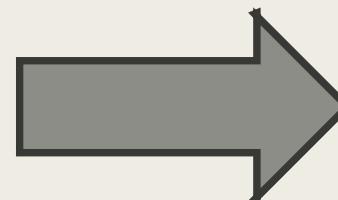
Vidéo 1
3X500

- Le premier est-il toujours le meilleur?
- Que met-on dans le bulletin?

Vidéo 2
Test VMA

LIEN DRIVE

<https://drive.google.com/drive/folders/1nJJkQpWM8o9zVMEl3cBcrkL82JgN6SHR?usp=sharing>



Effort ?

Réussite ?

Quelles pistes prometteuses?

PISTE 1 la performance cible

- Une attente individualisée :
- Exemple en haies
 - *Prise de perf 40 m haies ou 30 m haies*
 - *Prise de perf sur plat ou avec rivières*



Vidéo 3
Calcul Perf cible haies

- Pour aller plus loin: taper « HAIES COLLEGE » dans google, chercher « course haies cycle 4 G Hanula »

Quelles pistes prometteuses?

PISTE 1 la performance cible

- La perf cible c'est une **estimation du potentiel**
- On s'assure que l'élève **joue le jeu**
- Détermination d'une **cible**
- On **réajuste** si besoin !



- Eval fastoche
 - *Vert: proche de sa cible*
 - *Vert +: cible dépassée*

Cibles 30m/ 3 haies	Performance cible 20 mètres H	Performance cible 30 mètres H
ABDOU Giulia	4''50	5''60
BISMUTH Léana	5''60	7''00
CHAUVIN Sandro	4''30	5''40
CORTES Diego	5''00	6''30
DELVILLE Lena	5''40	6''80
FONTANEL Louis	4''80	6''00

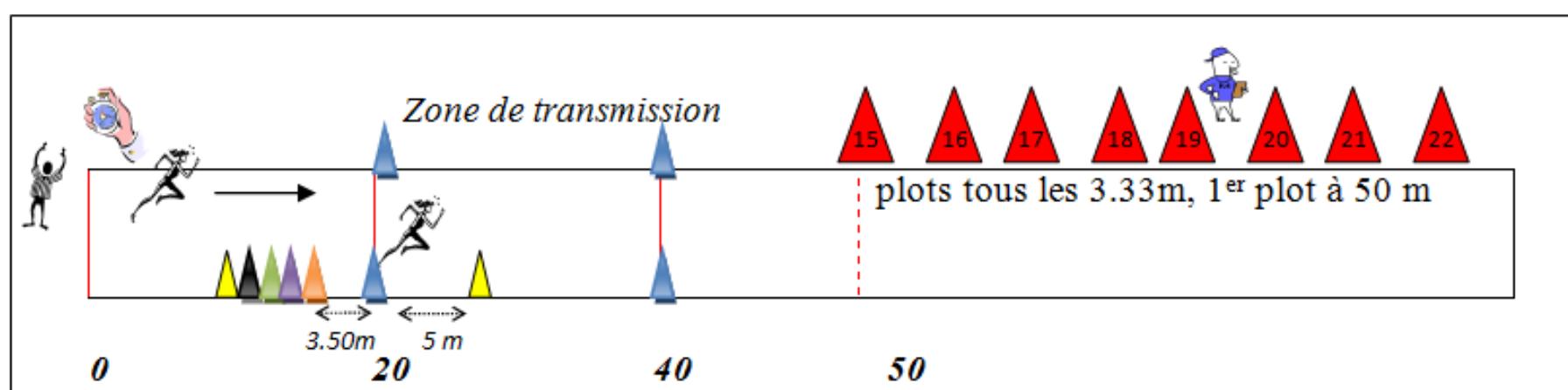
Quelles pistes prometteuses?

PISTE 2 un feed-back simple

- En course, faire mieux c'est faire moins ?
 - Exemple en relais 2X30 m: 6"00/ 6"70 (12"70)
 - Perf cible à 11"70
 - Binôme réalise 13"30
 - Quel retour?

VIDEO

Taper « course relais collège »
> Vidéo Eric Llobet
> 12"

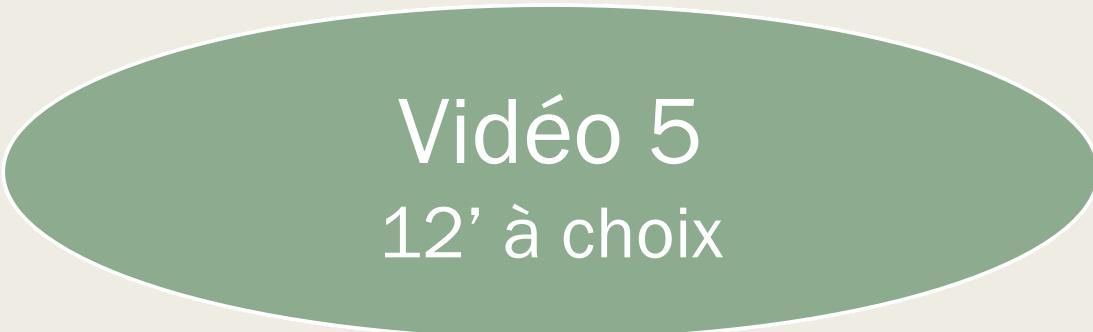


Dessin 2 : Situation d'évaluation en relais sur 12''. La transmission doit avoir lieu dans la zone. Les coureurs doivent se transmettre le témoin sans perdre de vitesse pour atteindre leur vitesse cible.

Quelles pistes prometteuses?

PISTE 3 des choix

- Quand l'élève fait un choix, il **s'implique**
- Il doit **assumer** en cas d'échec
- Et se **remettre en question** (effort P S et **M**)



Vidéo 5
12' à choix

- **Pour aller plus loin:** taper « DEMI FOND COLLEGE» dans google, chercher « demi-fond cycle 4 G Hanula =>**Accès à toutes les vidéos cycle clé en mains avec fiches**

Coureur 1 : Baptiste

Ma VMA validée est de : 12

J'entoure mon allure cible :

Allure verte

Je cours 12' à VMA -3

+ allure rouge

4 à 7'X 30/30

Allure jaune

Je raye 1 colonne mais je

cours à VMA -2

+ allure rouge

4 à 7'X 30/30

Allure orange

Je raye 2 colonnes mais je

cours à VMA -1

+ allure rouge

4 à 7'X 30/30

18								
17								
16								
15								
14								
13								
12	X					X		
11	X			X		X		
10	X	X	X	X	X	X		
9	X	X	X	X	X	X		
8	X	X	X	X	X	X		
7	X	X	X	X	X	X		
6	X	X	X	X	X	X		
5	X	X	X	X	X	X		
4	X	X	X	X	X	X		
3	X	X	X	X	X	X		
2	X	X	X	X	X	X		
1	X	X	X	X	X	X		
	1'30	3'	4'30	6'	7'30	9'	10'30	12'

Attention ! Marcher ou ralentir quand on a franchit son nombre de plots compte pour une pénalité

Mon contrat de plots Sur 30/30	
Ma VMA	En 30', je dois faire :
18	6,5 plots
16/17	6 plots
14/15	5,5 plots
12/13	5 plots
10/11	4,5 plots

8								
7								
6	X							
5	X	X	X	X	X	X	X	
4	X	X	X	X	X	X	X	
3	X	X	X	X	X	X	X	
2	X	X	X	X	X	X	X	
1	X	X	X	X	X	X	X	
	1	2	3	4	5	6	7	

Au-delà de 4, 1 répétition rattrapée
compte pour 1 sortie de route en moins
(maximum 3)

Sorties de route : 0

Pénalités : 0

Ma note : 20 /20

Calcul de ma note :

Note sur 15
points
Ecart à l'allure
cible

15 pts	0 sortie
14 pts	1 sortie
13 pts	2 sorties
12 pts	3
11 pts	4
10 pts	5
9 pts	6
8 pts	7
7 pts	8
6 pts	9
5 pts	10
4 pts	11
3 pts	12
2 pts	13
1 pt	14

Quelles pistes prometteuses?

PISTE 3 des choix

- Exemple en combiné athlétique
- (Pourquoi le combiné courir/sauter/lancer en collège?)
- (Attention aux contrefaçons !)=>article drive

Vidéo 6
Combiné
athlétique 6e

Prénoms	COURSE							SAUT							LANCER								
	CIBLE	1	2	3	4	5	6	Ecart	CIBLE	1	2	3	4	5	6	Ecart	CIBLE	1	2	3	4	5	6
Lucas	5	2	2	2	2			-3	5	1	3	2	2	2		-2	3	2	3	2	3	3	0
Selma	4	3	2	1	2			-1	6	4	3	4	3	3		-2	4	2	1	2	2		-2
Camille	2	0	0	1				-1	4	2	2	2	3			-1	3	2	1	1	1	1	-1

Calcul de ma note:
Calcul de ma note:

Note sur 12 points		
Ecart à la cible		
Individuel		
12 pts	0	
11 pts	-1	
10 pts	-2	
9 pts	-3	
8 pts	-4	
7 pts	-5	
6 pts	-6	
5 pts	-7	
4 pts	-8	
3 pts	-9	
2 pts	-10	
1 pt	-11	
Très bonne maitrise		
Maitrise satisfaisante		
Maitrise fragile		
Non maitrisé		

Quelle est ta spé? => choix

Prénoms	CIBLE	COURSE						CIBLE	SAUT						CIBLE	LANCER						Ecart
		1	2	3	4	5	6		1	2	3	4	5	6		1	2	3	4	5	6	
Malik	5	5	3	5	3	3		-2	5	3	3	4	3	4	-1	3	2	2	2	2		-1
Cassandre	2	0	2	1	1			0	4	3	3	4	4	4	0	3	2	2	3	2		0

Avantages/ inconvénients

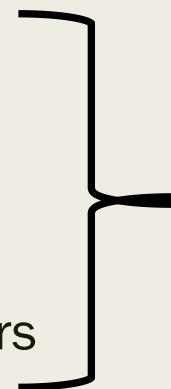
- Plus d'engagement des élèves en général
- Des élèves non sportifs qui découvrent qu'ils ne sont **pas « nuls »**
- Des attentes individualisées/ un cadre éducatif **clair** pour tous

- Des élèves à qui on **fait croire** qu'ils sont « forts »?
- Des **tricheurs** qui se sous-investissent lors des tests d'estimation?
- Des élèves **seuls** face à leurs limites

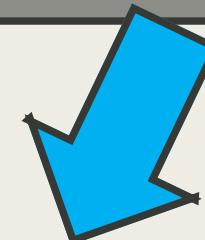
L'autoréférencement, pas suffisant !

Nouvelles générations encore moins sportives

- Emulation collective
- Du partenariat
- De la confrontation
- Du défi avec des spectateurs

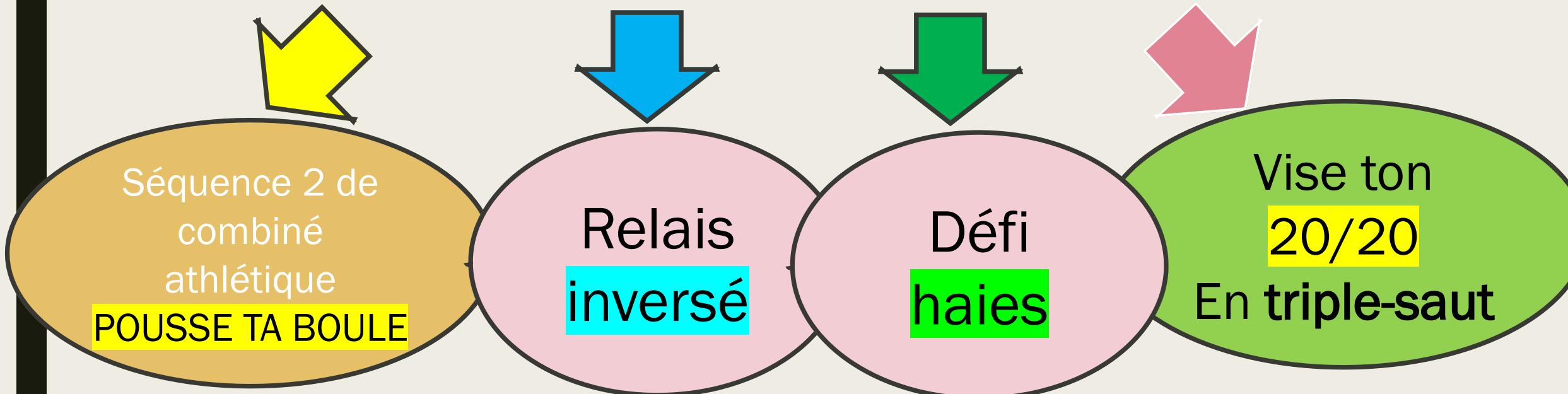


Symboliques sportives



Amplificatrices d'émotions

4 illustrations



EQUIPES/ EMULATION/COMPETITION EQUITABLE/SPECTATEURS

POUSSE TA BOULE !

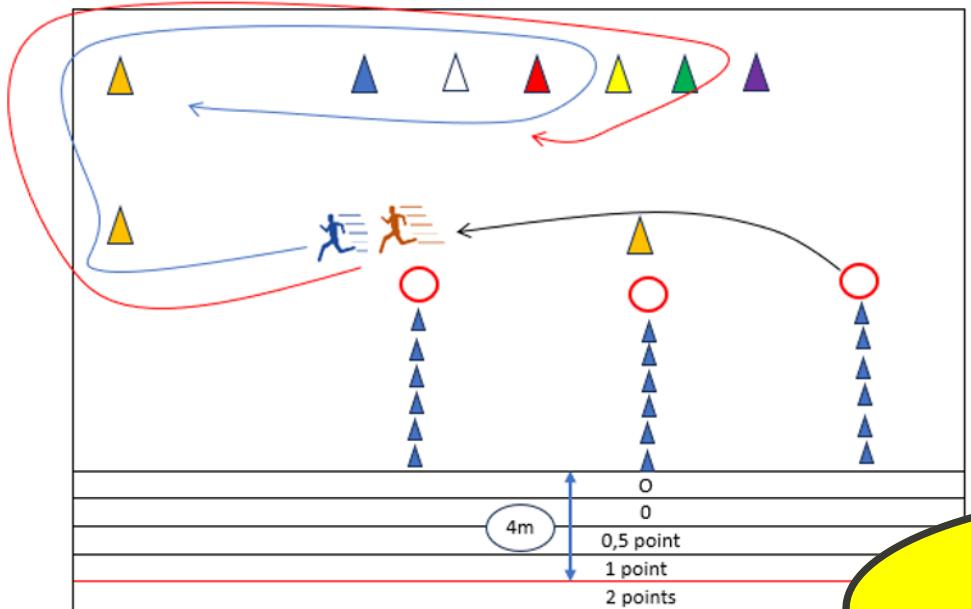


Figure 1 : Exemple de mise en place du matériel sur un terrain de hand-ball qui jouxte une piste d'athlétisme. Les distances des plots de course figurent sur le tableau 1 sur le procédé d'un aller-retour.

Video 7 Pousse ta boule

- Grand engagement
- Les élèves deviennent **demandeurs** de contenus
- Une pression horizontalisée
- Une évaluation d'une **simplicité** absolue
- **Pas besoin d'une piste** pour faire de l'athlé

	CIBLE COURSE	CIBLE LANCER
1	ARABEN Amina	BLEU
2	AUDIOIN Sohan	VERT
3	CAMLINDIA Nolhann	VERT
4	CARRETERO Diego	ORANGE
5	CHAIEB Myriam	ROUGE
6	CHAMOUX Mathis	ORANGE
7	CORALLO Yanis	JAUNE

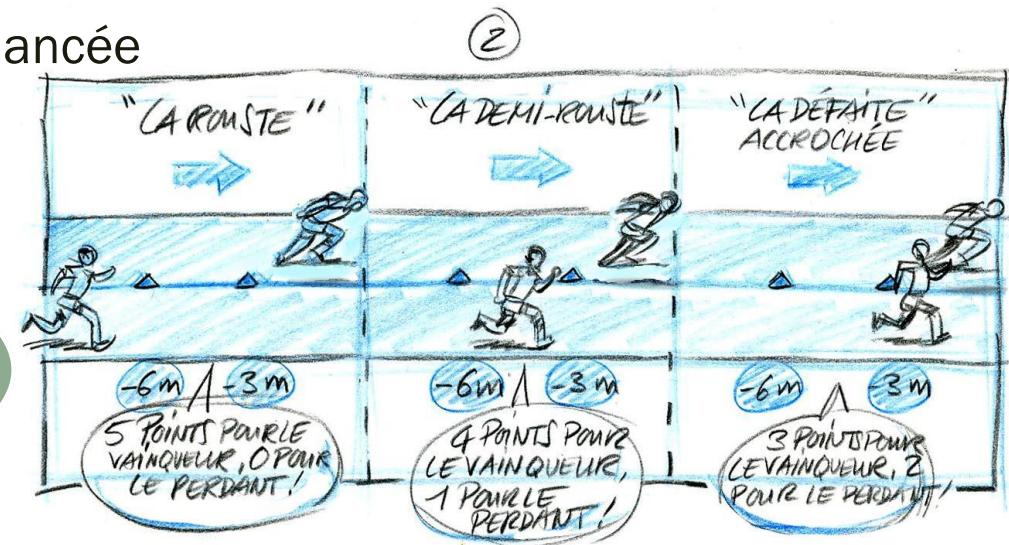
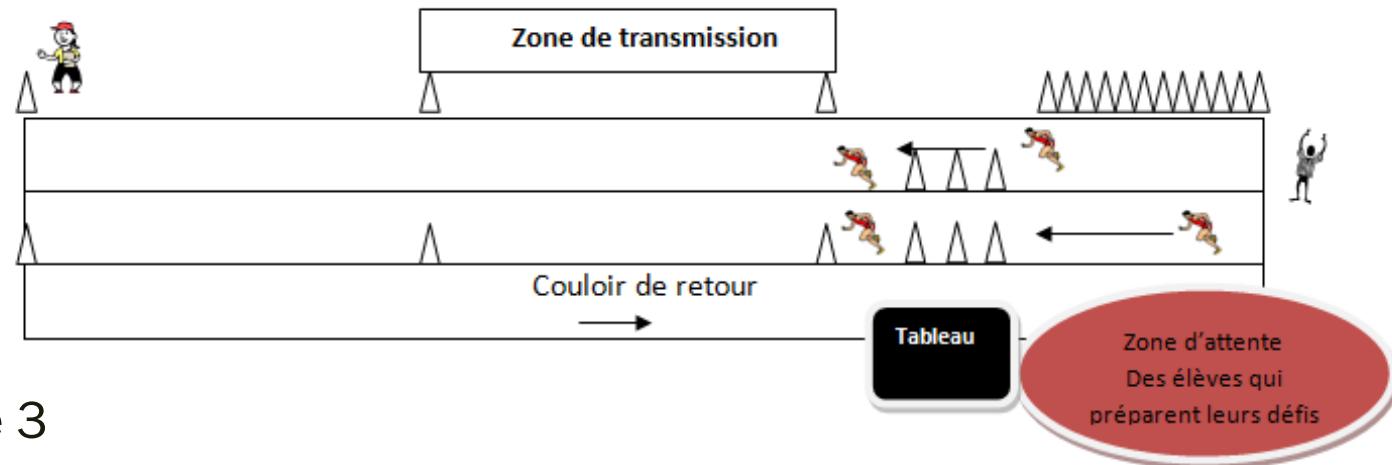


Relais inversé

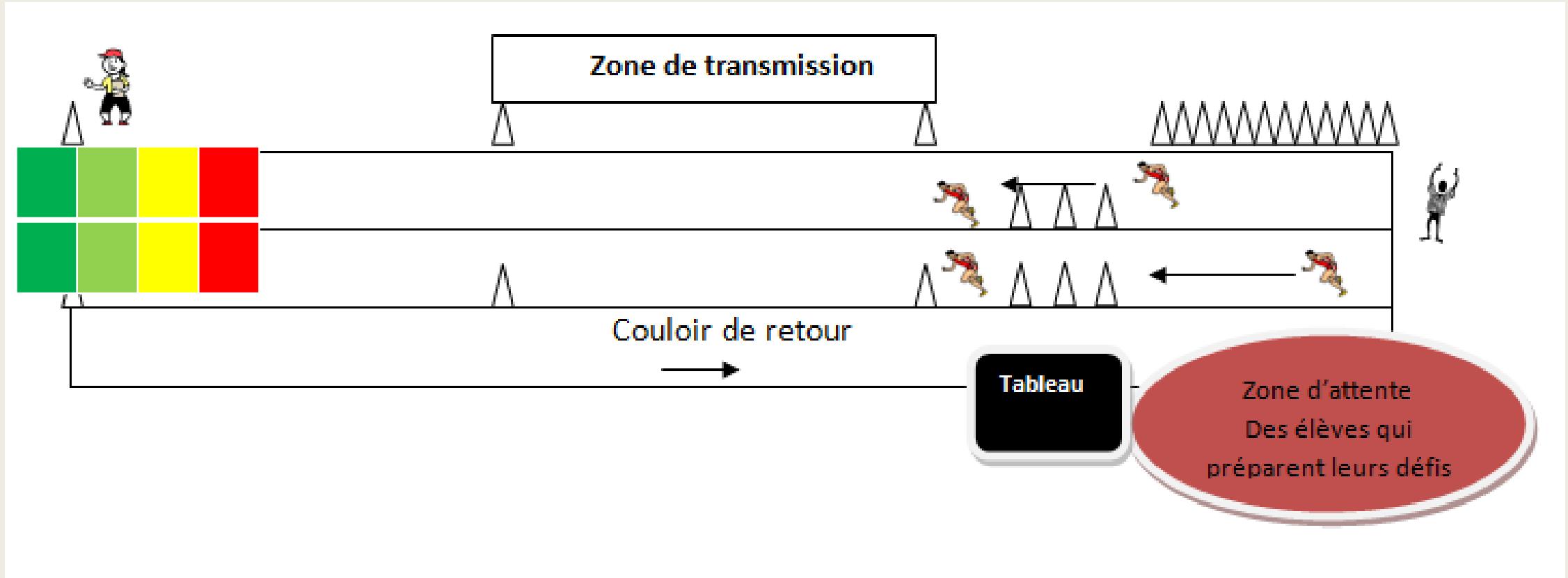
	PERF CIBLE
Adrien>Manon	
Manon>Melaaz	25
Melaaz>Adrien	
Louis>Mael	
Mael>Hugo	24
Hugo>Louis	
Fabien>Mélanie	
Mélanie>Yanis	23
Yanis>Fabien	
Juliette>Tom	
Tom>Richard	
Richard>Juliette	21

Vidéo 8 Relais inversé

- Incertitude du résultat/spectateurs/sentence finale
- Je prends les 4 meilleurs résultats= note sur 20



Evaluation relais inversé?



Défi haies handicap

- Elèves par équipes
- 1 plat Vs 1 haies (Avec **revanche**)
- 1 gagnant/1 perdant
- De 0 à 5 points possibles par course
- Le tableau des handicaps=>*article drive*



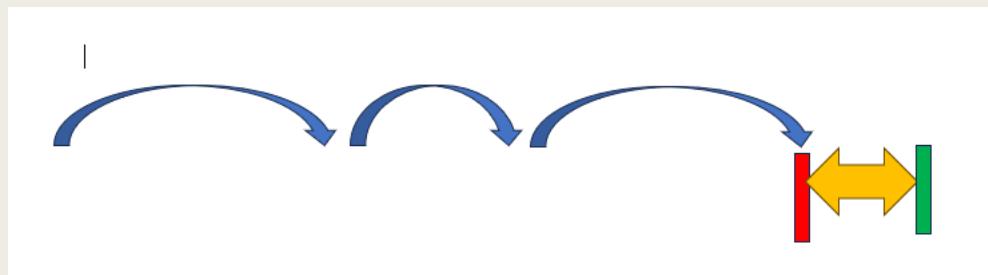
Vidéo 9 Défi haies



Toutes les vidéos avec SR
SA et explications sur site
AIX-MARSEILLE

Vise ton **20/20** en triple-saut

- Grand/petit/grand
- Une FPS toujours au service d'un contenu



- 4 meilleurs sauts !

Vidéo 11
Défi Multibond
+ *FICHE*

Vidéo 10
Focale problème



Toutes les vidéos avec SR
SA et explications:
« MULTIBOND COLLEGE »=> MARSEILLE

Merci les collègues
Bon courage pour les dernières
semaines :)

Allons boire un petit rhum !

