

SAVOIR S'ENTRAINER

pour un savoir progresser...

« un élève qui sait s'entraîner de façon autonome »

« Groupe » de formateurs de l'académie de Guadeloupe

Rappel de la 1^{ère} journée de formation

- Définition du **Savoir s'entraîner**

C'est la capacité d'exercer sur soi –même un processus d'influence qui vise à produire des effets pour transformer...



(cela se traduit pas des connaissances, des pratiques,
des méthodes, des attitudes,...)

= Une intervention, sur soi, pour soi, **par soi**

Qu'est-ce que cela implique?

- * Pour l'élève diagnostique – autonomie - régularité - engagement - recul réflexif – persévérance – droit à l'erreur – s'auto-évaluer
- * Pour le groupe d'élèves interactions – coopération – observations (rôles sociaux) – communication – bienveillance – mixité – adaptation – règles de fonctionnement (outils)
- * Pour l'enseignant planifier – dévolution – transformations – différencier (thèmes d'entraînement) – évaluer au fil de l'eau – confiance envers les élèves – accepter perte de temps – être patient

Selon les textes

- Programmes lycée

« **Savoir se préparer et savoir s'entraîner à pratiquer, individuellement et collectivement** »

2^{ème} objectif général + 2^{ème} AFL de chaque CHAMP D'APPRENTISSAGE

Par son engagement dans les apprentissages, l'élève apprend à gérer sa pratique physique, **seul et avec d'autres**.

Ainsi, l'élève, habitué à être « entraîné par »,
devient « un élève qui sait s'entraîner de façon autonome ».

- Il apprend à :
- se connaître
 - faire des choix
 - se préparer
 - conduire et réguler ses efforts

- * **Les enjeux**

Culturels – Scolaires – Psycho-sociaux – Gestion professionnelle de la classe et de la distribution des savoirs

- * **Une logique de Champ**

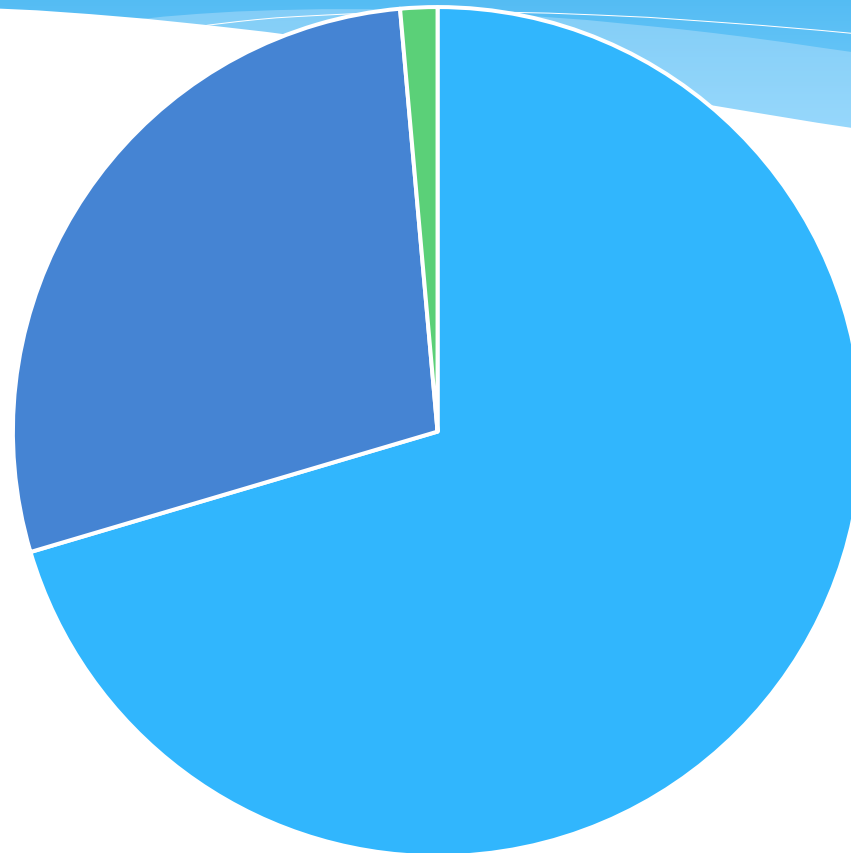
Points communs du savoir s'entraîner entre différentes APSA d'un même champ d'apprentissage.

- * **Les étapes** du savoir s'entraîner + vidéo pour illustrer

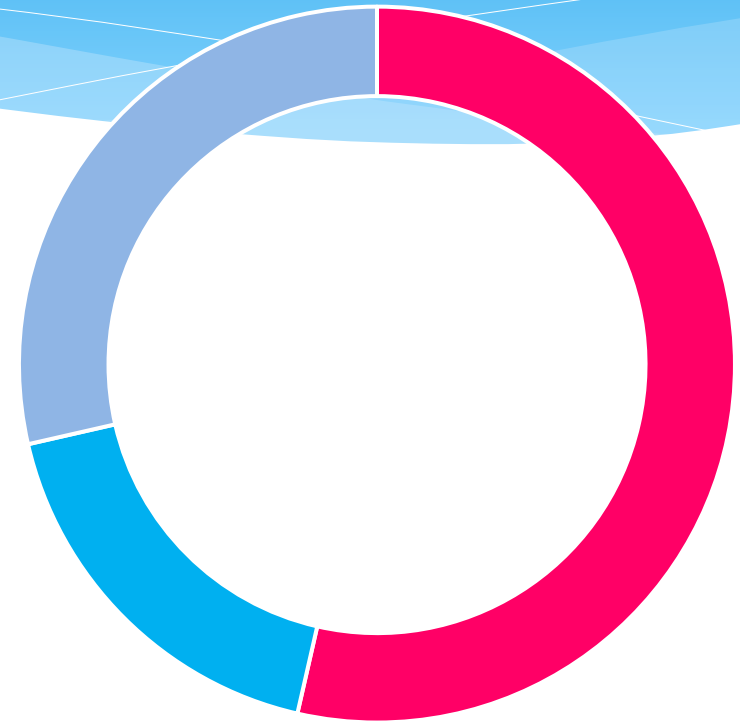
- * **Création d'outils** dans chaque CA autour des rôles sociaux

Résultats du sondage

Qui s'engagent dans le savoir s'entraîner?



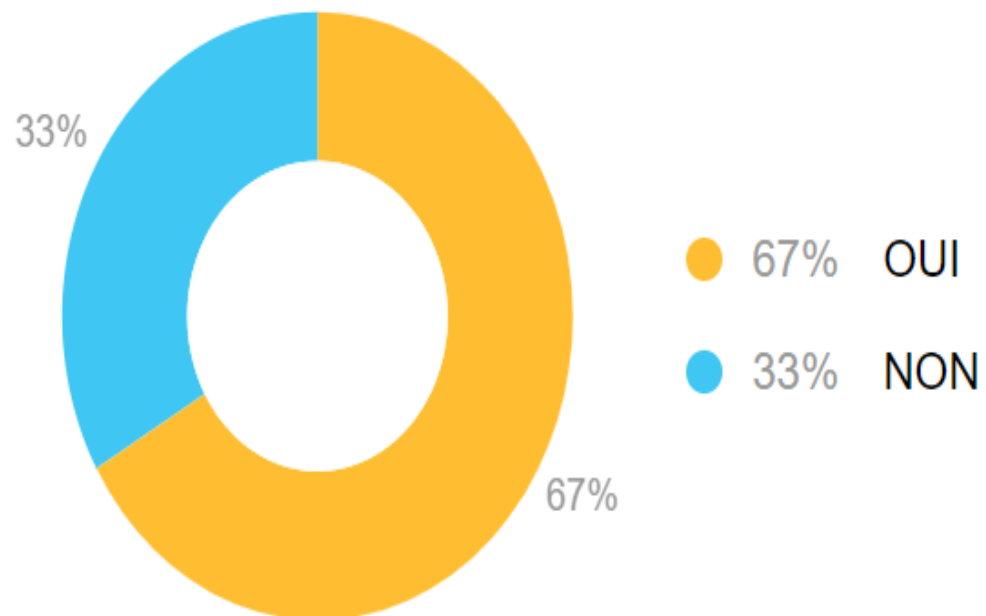
■ Terminales ■ 1ère ■ 2nde



■ Filles ■ Garçons ■ Elèves en difficultés (AFL1)

En terme d'enseignement, le savoir s'entraîner est-il différent selon les CA?

2 choix choix unique



L'évaluation de l'AFL2 (2^{nde}-1^{ère})

- * Trop subjective
- * Manque de temps pour voir tous les élèves/leçons
- * Elèves peu habitués à écrire en EPS (représentations de l'EPS)

Avez-vous rencontré des difficultés avec l'AFL2?

2 choix choix unique

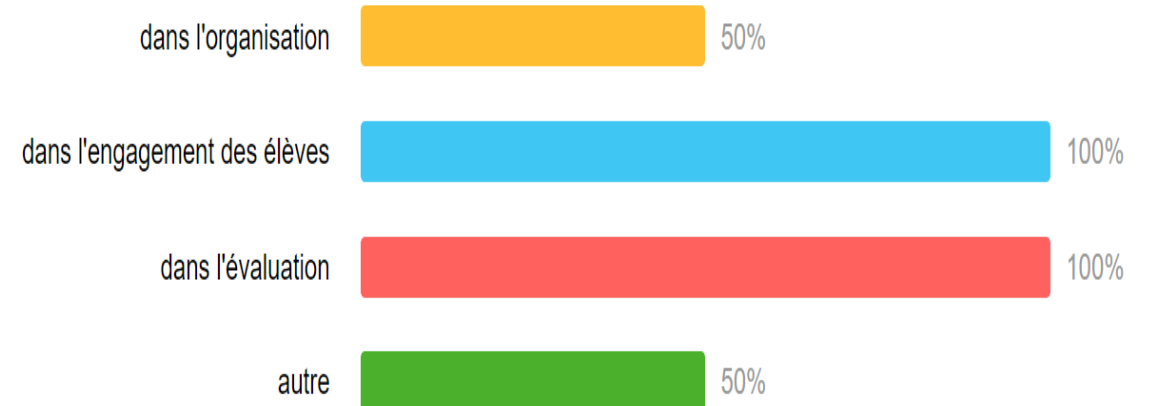


100%

● 100% OUI
● 0% NON

Si oui...

4 choix choix multiples



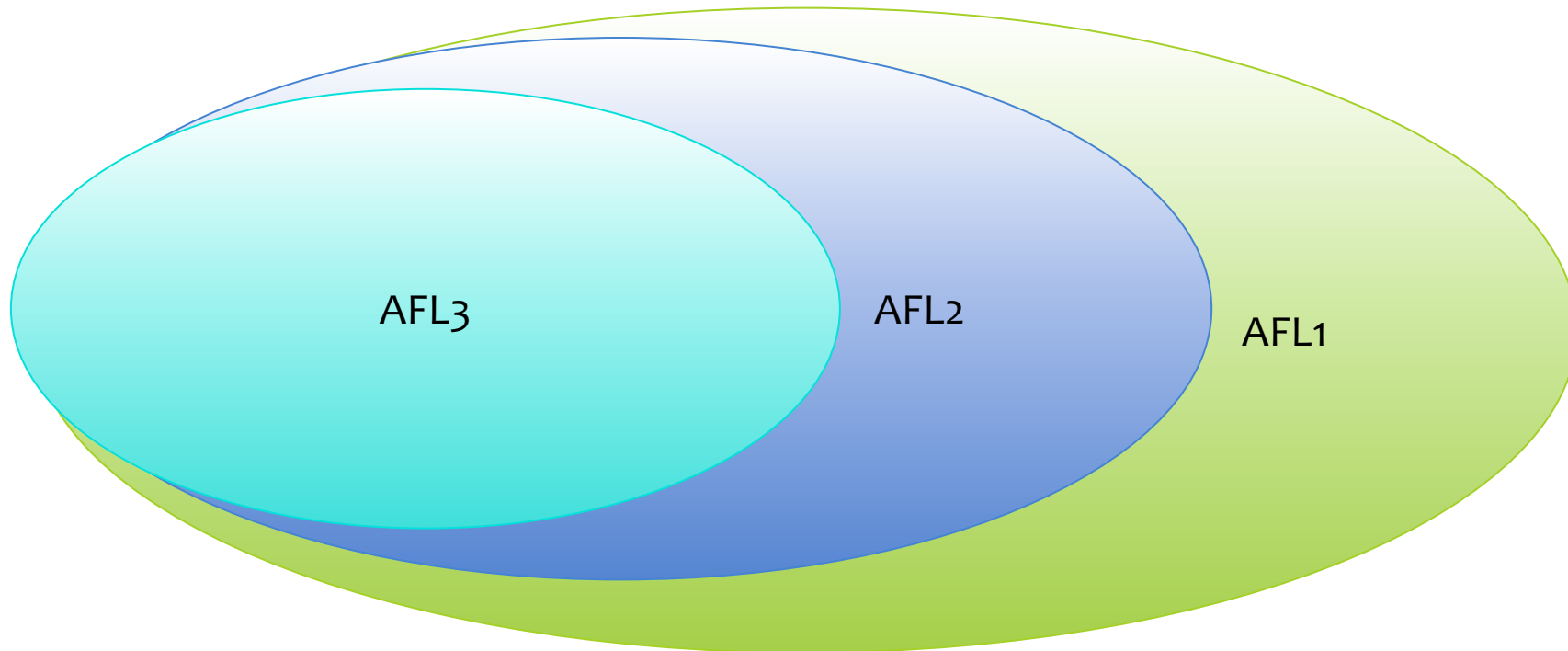
Nos « outils » de la formation

- Un travail collectif autour des APSA
 - Des outils à co-construire
 - Votre expertise
 - Notre accompagnement
 - Du concret et de l'utilisable
- Et bien sûr des connaissances à partager...

TENTATIVES DE RÉPONSE

=> Support de la formation

- * AFL3 au service de l'AFL2 pour développer l'AFL1



L'ENGAGEMENT AU CŒUR DES PREOCCUPATIONS

- * OPTIMISER L'ENGAGEMENT DES ELEVES EN PRENANT EN COMPTE LEURS DIFFERENCES.
- * L'un des axes à prendre en compte dans la diversité des élèves se trouve au niveau de leur MOTIVATION D'ACCOMPLISSEMENT.

- * Comment l'enseignant peut-il prendre en compte ces différents buts motivationnels?
- * Comment permettre à ses élèves d'être motivés et s'émanciper?

ILLUSTRATION EN BADMINTON: « les maîtres du jeu »

Objet d'enseignement: construire l'échange par des frappes envoyant le volant dans des zones mettant en difficulté l'adv, pour conclure sur la frappe suivante.

1C1 gr. homogène 1 arbitre et 1 ou 2 observateurs (relèvent les schémas tactiques choisis)

4 schémas tactiques à disposition:

- Amener son adv en zone arrière et marquer 1pt sur la frappe suivante.
- Amener son adv en zone avant et marquer le point sur la frappe suivante.
- Amener son adversaire sur son revers de fond de court et marquer sur la frappe suivante.
- Amener son adv dans un coin du terrain et marquer le point sur la frappe suivante.

Objectif de la séquence: choisir un schéma tactique prioritaire pour gagner le set et réaliser le schéma tactique choisi le + souvent possible.

- **-Les buts de tâche-approche :** objectif de l'élève est de maîtriser / réussir la tâche demandée.
= but de la tâche qui est de réaliser le maximum de schémas tactiques pour le set 1 et le maximum de schémas tactiques choisis pour le set 2. La fiche d'observation renvoie l'élève sur le critère de réussite atteint ou non.
- **-Les buts de soi-approche :** l'objectif de l'élève est de s'améliorer, de faire des progrès.
= Permettre à l'élève d'identifier ses progrès grâce à la fiche d'observation et le carnet d'entraînement : l'augmentation du nombre de points marqués est un indicateur concret.
- **-Les buts d'autrui-approche :** l'objectif de l'élève est d'être meilleur que les autres.
= les élèves sont en situation de compétition, match et pour avoir le score le + élevé il ne suffit pas de gagner le match il faut simultanément atteindre l'objectif fixé.
- **-Les buts de tâche-évitement :** éviter d'échouer.
= individualiser les critères de réussite, rendre l'objectif de la tâche accessible à tous = CHOIX
- **-Les buts de soi-évitement :** éviter de régresser, d'être moins performant.
= permettre les progrès dès le début de l'app, des progrès visibles.
- **-Les buts d'autrui-évitement :** éviter d'être moins bon que les autres.
= permettre à tous les élèves d'envisager la victoire indépendamment de leur niveau initial. Le score ne dépend pas uniquement de la victoire mais également de l'atteinte des objectifs.

CARNET D'ENTRAÎNEMENT

* POURQUOI J'AI GAGNE?

* POURQUOI J'AI PERDU?

* QUELLES STRATEGIE CONSERVER?

* QUELLES STRATEGIES AMELIORER?

4 COMPOSANTES ESSENTIELLES POUR FAVORISER L'APPRENTISSAGE DU SAVOIR S'ENTRAÎNER:

- * L'objet d'enseignement qui représente un pas en avant =
une organisation de la motricité qui rompt avec la motricité usuelle.
- * Les contraintes emblématiques = c'est en proposant ces contraintes que l'élève va pouvoir vivre une expérience culturelle signifiante et solliciter chez lui une activité adaptative singulière.
- * Un fil rouge = indice représentatif de l'avancée de l'élève par rapport à l'objet d'enseignement ciblé.
- * Un cadre de fonctionnement prenant en compte tous les élèves, structuré autour de la mise en projet et la bienveillance (valorisation, coopération, autoréférence).

Comment peut faire l'élève?

- * Par la connaissance soi : capacités, degré d'autonomie, engagement,
 - * Suis-je capable de...

Selon les textes il doit apprendre à:

- ✓ se connaître,
- ✓ à faire des choix,
- ✓ à se préparer,
- ✓ à conduire et réguler ses efforts.

Se connaître, faire des choix

Travailler avec des algorithmes décisionnels:

En
BAD

Constat de l'élève : **si** je ne suis pas capable d'envoyer le volant au fond du terrain.

Choix de l'élève: **alors** je choisis un projet différent ou je décide de travailler sur l'apprentissage « du dégagement ».

En
Sport
co

Si je n'arrive pas à exploiter une situation de contre-attaque parce-que mes passes sont imprécises en pression temporelle.

Alors, je choisis d'avoir plus de temps pour faire la passe ou je décide de travailler à nouveau l'exercice sur les passes en situation de crise de temps.

Se connaître, faire des choix

Les autres outils possibles pour travailler sur cet aspect de l'AFL2

- * Recueil d'observations (leçons 1 et 2)
- * Avec des « Fiches thème d'entraînement/AFL2 »
- * Avec des supports vidéos
- * Avec la classe inversée
- * Avec des logiciels informatiques...
- * Autres...

Se préparer

Correspond à la phase où les élèves entreront dans l'activité:

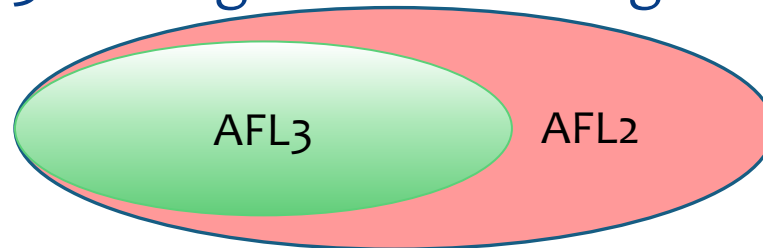
- * Préparation du matériel
- * Organisation de son groupe
- * Repérage et connaissance des outils qui serviront à la séance
- * L'échauffement Spécifique qui sera retenu par l'élève et son groupe.....

Comment permettre à l'élève d'intégrer ce fonctionnement?

Conduire et réguler ses efforts

- * Les ressentis
- * Le carnet d'entraînement
- * Les variables ajustées aux besoins
- * Temps de récupération/Temps de pratique

Liens AFL2 - AFL3 sur la gestion de la régulation de l'effort



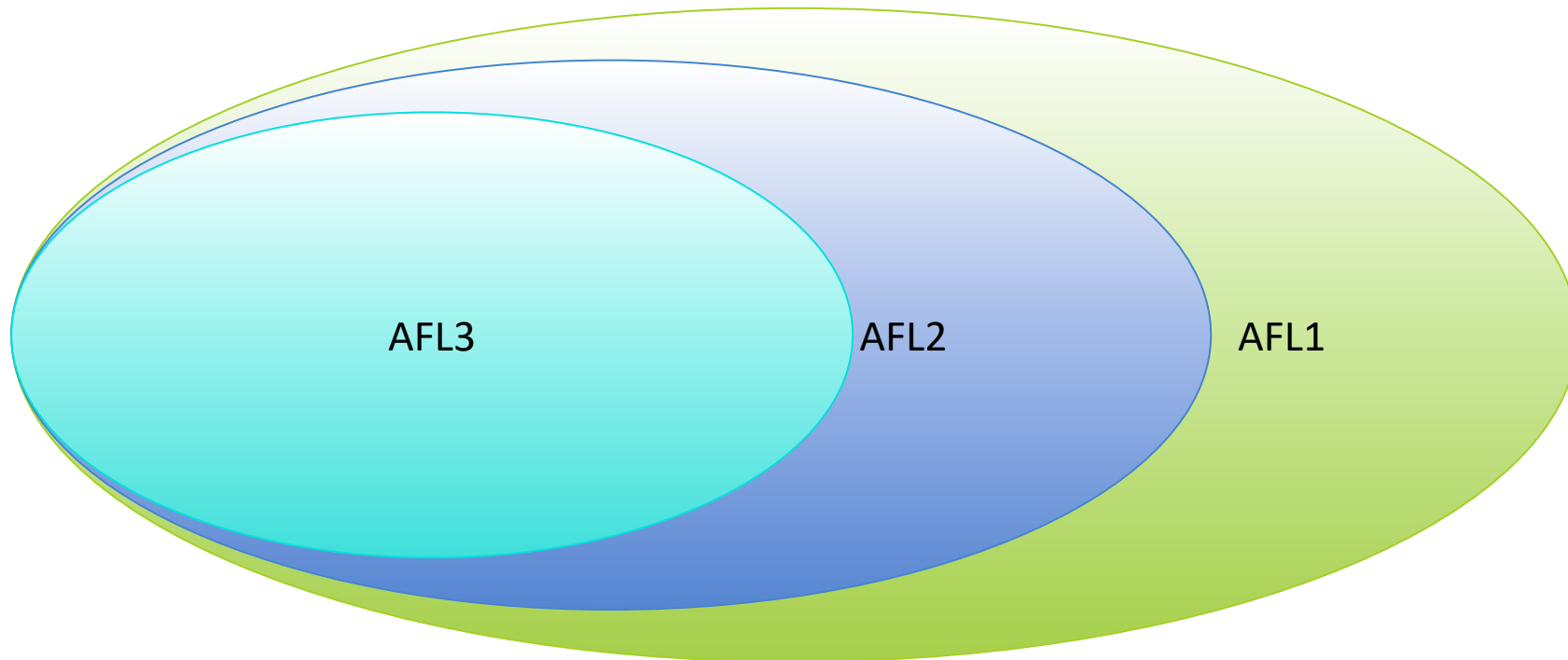
Document Lycée : Formuler l'AFL pour le champ4

5 OBJECTIFS GENERAUX	ATTENDUS DE FIN DE LYCEE	10 éléments pour atteindre les Attendus de Fin de lycée (AFL)
Développer et enrichir sa motricité <ul style="list-style-type: none"> • L'engagement moteur de tous • APSA variées et approfondies • Développer les Apprentissages 	<p>AFL1:S'engager pour gagner une rencontre en faisant des choix techniques et tactiques pertinents au regard de l'analyse du rapport de force</p> <p>AFL2:Se préparer et s'entraîner, individuellement ou collectivement, pour conduire et maîtriser un affrontement interindividuel.</p> <p>AFL3:Choisir et assumer les rôles qui permettent un fonctionnement collectif et solidaire</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir et Réaliser des actions en attaque et en défense adaptées à son projet tactique • Utiliser les forces et faiblesses adverses pour progresser
Savoir se préparer et s'entraîner <ul style="list-style-type: none"> • Faire des choix /ressources • Devenir Autonome • Réguler ses efforts 		<ul style="list-style-type: none"> • Adapter ses actions à l'évolution du rapport de force • Répéter et persévérer
Responsabilité individuelle et collective <ul style="list-style-type: none"> • Engagements dans des rôles (outils) • Agir ensemble (collaboration) • Respect des autres et des règles 		<ul style="list-style-type: none"> • Utiliser des outils pour observer et analyser • Etre solidaire et humble • Accepter la défaite et Identifier ses erreurs, respecter le règlement
Construire sa santé <ul style="list-style-type: none"> • Assurer sa sécurité et celle des autres • développer l'estime de soi • augmenter le plaisir de pratique 		<ul style="list-style-type: none"> • Adapter ses actions au rapport de force • Doser ses actions • Lucidité dans son engagement
Accès au patrimoine culturel <ul style="list-style-type: none"> • Pratiquer diverses APSA • Devenir acteur • Apprécier la pratique avec un regard critique 		<ul style="list-style-type: none"> • Connaître le règlement et les rôles • approfondir ses connaissances

TENTATIVES DE RÉPONSE

=> Support de la formation

- * AFL3 au service de l'AFL2 pour développer l'AFL1



Support la même Vidéo de hand

Par groupe de 2 ou 3, sur une feuille

TEMPS 1 : Visionnez la vidéo leçon n°1 puis Identifiez:

les **éléments signifiants** qui relèvent du CA 4?

Rappel de l'énoncé du CA4:

Conduire et maîtriser un affrontement collectif ou interindividuel pour gagner »

Echanges entre les groupes

Propositions

SUITE

TEMPS 2 : Visionnez la vidéo leçon n°2 puis identifiez:
les temps dans la leçon consacrés à l'AFL2

Rappel de l'énoncé de l'AFL2:

Se préparer et s'entraîner, individuellement ou collectivement pour conduire et maîtriser un affrontement collectif.

Echange entre les groupes

Propositions

Identification du savoir s'entraîner

- * Ce n'est pas l'élève qui devient le professeur
- * Il utilise les outils pour travailler seul ou à plusieurs en autonomie
- * Les outils ont du sens pour eux, répondent à leurs attentes sont en lien avec le CA concerné

Choix d'une APSA pour construire des outils/AFL2

- * Par groupe, choisir une APSA que vous avez travaillé après le premier stage
 - * Identifier les difficultés que peuvent rencontrer les élèves dans cette APSA
 - * Moteur
 - * Affectif
 - * Relationnel
 - * Réflexif
 - * méthodologique

Dès les leçons n°1 et 2

- * L'élève est capable de se situer et d'identifier au moins 2 éléments qu'il sait faire et ne sait pas faire afin de se projeter.
- * L'enseignant guide l'élève dans ses choix au fur et à mesure des leçons.

Construction d'outils par l'enseignant

- * Pour apprendre à se connaître leçons 1 et 2
- * et faire des choix dès la leçon 3 (Algorithmes)
« je n'arrive pas à... JE CHOISIS... »

CONFRONTATION D'OUTILS

- * 2 groupes échangent sur des APSA de même CA
- * CHAQUE GROUPE PRESENTE AUX AUTRES POUR 1 APSA DU CA

Construction d'Outils

- * Pour apprendre à se préparer en conséquence des choix de l'élève.

REFLEXION SUR L'APSA

Construction d'Outils pour

- * Apprendre à réguler ses efforts

(ressentis, variables ajustées aux besoins, carnet d'entraînement, autoévaluation, temps de récupération/temps de pratique)

ROLE DE L'AFL₃...

CARNET D'ENTRAÎNEMENT

* POURQUOI J'AI GAGNE?

* POURQUOI J'AI PERDU?

* QUELLES STRATEGIES CONSERVER?

* QUELLES STRATEGIES AMELIORER?

SUIVI ET EVALUATION DES ELEVES

- * Plus d'autonomie au niveau local, moins de repères dans les APSA
- * L'autonomie des équipes EPS désormais chargées de construire des épreuves certificatives en correspondance avec les besoins du public et les injonctions du cadre national. Dans les faits, les anciens référentiels certificatifs initialement déclinés par APSA et étendus à l'ensemble de la profession ont laissé place à un référentiel large que les enseignants doivent s'approprier pour construire par eux-mêmes les épreuves du bac.
- * 1^{ère} critique : manque d'accompagnement dans cette nouvelle mission imposée aux enseignants
- * 2^{ème} critique : l'absence de repères APSA communs pour construire des épreuves certificatives dans chaque activité risque d'accroître les disparités entre les établissements et de niveler géographiquement l'accès aux compétences et objectifs généraux du lycée.

DECLINAISON DES ACQUISITIONS FONDAMENTALES EN AFL ET PLUS GRANDE INCITATION AU CHOIX

- * Prescriptions certificatives pour restaurer une forme de justice dans l'attribution des notes.
- * Le choix délégué aux élèves quant à la répartition de points entre l'AFL 2 et 3.

Si cette volonté d'éduquer au choix est une priorité ambitieuse!

ATTENTION: Il est probable que le lycéen fasse ce choix par défaut sans prendre la mesure de ce qui les engage.

- * QU'EST-CE QUI MERITE D'ETRE EVALUE AU REGARD DU NOUVEAU DECOUPAGE D'AFL ?
- * QUELLES FORMES SCOLAIRE DE PRATIQUE RETENIR POUR UNE EVALUATION LISIBLE DES COMPETENCES AU BAC ?

Attendre des élèves qu'ils conçoivent en totale autonomie une séance de travail lors d'une séquence de 8 leçons est une exigence qui semble inadaptée au contexte scolaire...

A l'inverse, la récupération et la préparation à l'effort ne peuvent à elles seules révéler les compétences qui sont au cœur du savoir s'entraîner.

Une évaluation archaïque des rôles sociaux

Ils permettent en théorie « un fonctionnement collectif solidaire », mais la tendance actuelle est d'utiliser des indicateurs généraux sans lien direct avec l'activité pratiquée (connaître le règlement, participer).

= Participation – Progrès – Investissement des années 80

Les fiches certificatives mettent sur le même plan des rôles divers (starter, chronométreur, secrétaire, juge, coach) qui ne revêtent pas le même ordre d'importance.

*** POUR UNE EVALUATION LISIBLE DES COMPETENCES AU BAC**

1^{er} principe : « tout ce qui s'enseigne n'a pas vocation à être évalué » il s'agit de choisir des objets et des critères simples révélateurs des compétences attendues.

2^{ème} principe : construire une évaluation objective en privilégiant des indicateurs chiffrés et mesurables par rapport à ceux plus abstraits convoquant la subjectivité de l'évaluateur.

3^{ème} principe : rechercher l'expression des compétences dans l'action !

Concernant l'AFL2 : qu'est-ce qui dans l'action pourrait être révélateur du SAVOIR S'ENTRAINER ?

Davantage que les connaissances déclaratives, LA CONNAISSANCE DE SOI à travers des repères fins (extéro. et proprioceptifs) peut traduire l'investissement dans l'entraînement et la construction de compétences liées au savoir s'entraîner. Ex : LA NOTION DE PROJET ANNONCE

Ex en RELAIS : Pour évaluer le savoir s'entraîner nous proposons un indicateur simple = réaliser un projet de transmission défini et annoncé à l'avance par les élèves. Sachant qu'un passage de témoin efficace a lieu dans les 5 derniers mètres de la zone de transmission, lorsque le receveur est proche de sa vitesse max. L'atteinte de cette zone cible est gage d'un entraînement régulier et révèle le travail de prise de marques et de synchronisation des vitesses réalisé par les 2 relayeurs.

En conséquence, l'enseignant peut matérialiser des zones cibles de 5m, 10m à partir de la fin de la zone de transmission et attribuer des points en fonction de la réalisation des projets.

EVALUER L'AFL3 RELATIF AUX ROLES SOCIAUX

Le rôle de coach-observateur implique les élèves à aider le pratiquant à affiner ses marques, mesurer la durée des phases de transmission, filmer les passages...

Une organisation fonctionnelle au sein de laquelle les élèves tiennent leur rôle et effectuent des rotations sans perte de temps peut s'apprécier à l'aide de l'indicateur : nombre de passage / unité de temps. Diviser le nombre d'essais / tps

Un barème peut alors objectiver l'efficacité du groupe dans la conduite des tâches et la tenue des rôles.