



Éducation physique et sportive

« Roule avec tes baskets »

Ce que l'élève doit retenir

◆ Dans la circulation, plus la vitesse augmente, et moins on a de temps pour prendre les décisions nécessaires.

◆ Dès que la circulation est intense, il faut apprendre à "lire", à "décoder" l'espace que l'on a autour de soi, à repérer les indices capables de nous aider à prendre les bonnes décisions. Plus le trafic est dense, plus il y a de conflits possibles et de décisions à prendre.

Objectifs disciplinaires

Gérer sa vitesse en fonction des obstacles.

En sports collectifs, prélever une quantité élevée d'informations et apprendre à les traiter.

Faire des choix parmi des alternatives.

Objectifs sécurité routière

Dans la circulation, apprendre à anticiper pour faire le ou les bons choix pour se diriger ou éviter les obstacles.

Partie informative

■ Le risque d'accident augmente avec **l'augmentation de la vitesse de déplacement** dans la mesure où, face aux modifications du milieu qui peuvent survenir, le temps dont dispose le sujet...
– pour prendre les informations,
– pour les décoder,
– pour ajuster/adapter la réponse
... va diminuer avec la vitesse, et par conséquent accroître les risques.

Dans ce type de situation, c'est la **capacité** de traiter rapidement une information qui est sollicitée.

■ Le risque d'accident augmente aussi avec **la complexité du milieu**, dans la mesure où, cette fois, ce qui va poser problème, ce n'est plus la vitesse à proprement parler, mais la pertinence du ou des choix des indices à recueillir : il faut savoir lire correctement le milieu.

Les **capacités** sollicitées sont alors les suivantes :

- **capacité** de traiter une quantité élevée d'informations,
- **capacité** de procéder à des regroupements d'indices, de "catégoriser" des actions, d'élaborer un support référentiel adéquat (ex : dans un carrefour giratoire complexe, si un véhicule met son feu clignotant droit en marche, et, si la première sortie à droite est en sens interdit, on peut en déduire qu'il y a une forte probabilité que le véhicule prenne la sortie suivante).

■ Dans le cadre de l'EPS, l'élève est aussi amené à développer un certain nombre de compétences, par exemple :

- dans les sports collectifs, pour transmettre la balle au bon moment au partenaire le mieux placé,
- en tant que coureur de haies s'il veut aller vite malgré la présence d'obstacles le gênant dans sa progression.

En tant que piéton ou que conducteur d'engins à deux roues, et afin de gérer au mieux ses déplacements sur le plan de sa sécurité, il est également amené à développer des compétences. Ces deux types de compétences sont différents ; pourtant, en y regardant de plus près, on peut néanmoins effectuer les comparaisons suivantes :





– en tant que conducteur de véhicule ou que coureur sur les haies, l'élève va devoir maîtriser sa vitesse de dépassement en essayant de tenir compte des obstacles qu'il rencontre et qui sont autant de contraintes par rapport à son objectif : se rendre d'un point à un autre d'une façon efficace et en toute sécurité ;

– en tant que conducteur de deux roues, ou que joueur de sports collectifs, l'élève doit maîtriser une activité motrice se déroulant dans des conditions de grande incertitude. Les autres (qu'ils soient des joueurs ou des véhicules), occupent l'espace ou la rue, comme lui, et leurs futurs déplacements lui sont inconnus. Il lui faut donc apprendre à déceler des indices, lui permettant d'anticiper au maximum par rapport à ceux-ci, s'il veut être capable d'effectuer le bon choix au bon moment ;

– dans les deux cas, les procédures mises en œuvre par le conducteur de véhicule ou par le sportif sont très proches les unes des autres, sinon identiques.

■ Ce qui caractérise un bon joueur en sports collectifs, ce n'est pas seulement son habileté à marquer des points, mais la pertinence de ses choix, lorsqu'il est placé en face de plusieurs réponses possibles. Par exemple, ce qu'on appelle "la passe décisive" en est l'illustration type : c'est en quelque sorte la capacité qu'a le bon joueur d'optimiser les choix dans l'alternative :

– aller seul jusqu'au bout, tout en sachant qu'il n'est pas sûr que l'action en cours puisse véritablement aboutir, dans la mesure où il est loin de la cible

ou

– faire converger son action avec celle d'un partenaire mieux placé, pour renforcer l'avantage momentanément acquis dans le jeu par son équipe.

Cela suppose aussi qu'il ait vu quel était le partenaire le mieux démarqué, et qu'il fasse la passe au bon moment et au bon endroit (ce qu'on appelle "le timing").

En éducation physique et sportive

Nous proposons à l'enseignant, s'il veut atteindre les objectifs disciplinaires cités précédemment :

– de créer les conditions pour que la relation espace/temps devienne contraignante, s'il veut faire prendre conscience à l'élève du rôle et de l'importance de la vitesse, et de ses conséquences ;

– d'aménager le milieu au maximum s'il veut lui faire prendre conscience de l'importance des prises d'informations ;

– d'amener l'élève à reconnaître des situations de jeu d'appui ;

– jeu de soutien, passe et va – passe et suit, qui vont devenir les prémisses d'une gestion consciente de sa façon de circuler sur un terrain.

Séquence de travail n°1

Les courses de haies en athlétisme

Objectif : gérer l'alternative

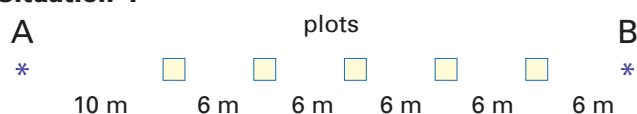
Aller vite en prenant le risque de faire tomber des obstacles et de chuter

ou

chercher à ne pas chuter, en prenant le risque d'aller plus lentement...

...quand le milieu devient de plus en plus "encombré".

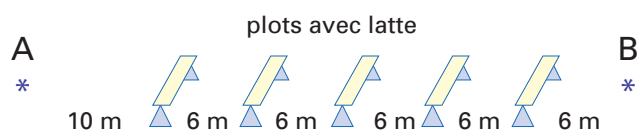
Situation n°1



L'élève parcourt la distance A-B (40 m) en passant par-dessus les plots le plus vite possible. Il fait trois tentatives chronométrées et l'on retient le meilleur des trois temps réalisés (T1).

Hauteur des plots : 30 cm. Exigences : passer par-dessus les plots et aller le plus vite possible.

Situation n°2



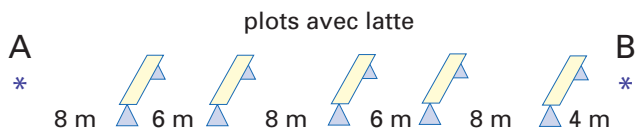
Cette fois-ci, les plots sont placés par groupes de deux, avec une latte posée au-dessus. Hauteur de l'obstacle : 40 cm. L'élève parcourt la distance A-B (40 m), en passant par-dessus les lattes et en essayant de réaliser un temps se rapprochant le plus possible de T1. Il a droit à trois tentatives. On retient la meilleure (T2).

Exigence : essayer de réaliser un temps le plus proche possible de T1.





Situation n°3



Même chose, mais l'on fait varier :

- l'écartement des plots, de 6 à 8 m,
- la hauteur des obstacles, de 40 à 60 cm.

L'élève parcourt la distance A-B (40 m), comme dans les deux situations précédentes, en essayant de réaliser un temps le plus proche possible de T2. Il a droit à trois tentatives. On retient la meilleure (T3).

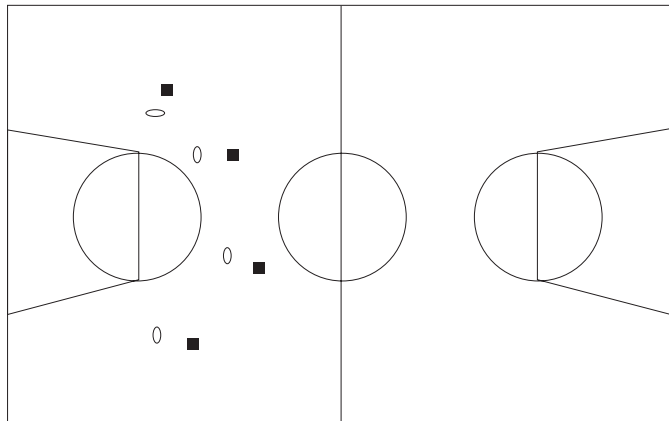
Exigence : T3 doit être très près de T2 et, éventuellement de T1.

Séquence de travail n°2

Basket ball

Objectifs :

- Développer chez les élèves, la possibilité de voir apparaître l'alternative n°1,
 - balle jouée vers l'avant,
 - balle jouée de l'avant vers l'arrière (jeu d'appui).
- Privilégier, dans l'alternative n°2
 - « passe et va »,
 - « passe et suit ».



Situation n°1

à propos de l'alternative n°1

Jeu à 4 contre 4, sur un terrain normal. Durée de la séquence : 8 minutes. Chaque équipe possède un cinquième joueur, placé en arrière de la ligne de fond du terrain. Ce joueur, qui peut se déplacer en largeur, ne peut pas rentrer sur le terrain, mais peut être utilisé comme un "joueur joker" passeur.

Tout panier marqué après une passe en provenance de ce joueur vaut trois points. Tous les autres paniers seront comptés un point.

Relever :

- le nombre de fois où ce joueur a été utilisé par l'équipe,
- le pourcentage de tirs à trois points tentés par chaque équipe en huit minutes de jeu.

Remarque : les joueurs doivent se rendre compte qu'en utilisant cette alternative, ils enregistrent beaucoup plus d'informations et prennent en compte un espace de jeu plus grand, ce qui augmente leurs chances d'aller tirer au panier.

Situation n°2

à propos de l'alternative n°2

Jeu à trois contre trois, sur un demi-terrain de basket. Une équipe attaque, une équipe défend. Durée de la séquence : quatre minutes. Puis on inverse les rôles.

Chaque fois qu'un tir est tenté et réussi après un "passe et va", il rapporte trois points à l'équipe. Tous les autres paniers réussis rapportent un point.

Comptabiliser, pour chaque équipe, le nombre de paniers à trois points tentés (qu'ils soient réussis ou non) sur l'ensemble des tirs tentés.

