

Des compétences
méthodologiques et sociales
aux contenus d'enseignement
en EPS

Groupe ressources 2009-2010

Sommaire

1. [Texte introductif](#)
2. [Démarche d'enseignement](#)
3. [Articulation CMS1-CP et illustrations](#)
 - [CMS1-CP1](#)
 - [CMS1-CP2](#)
 - [CMS1-CP3](#)
 - [CMS1-CP4](#)
4. [Articulation CMS2-CP et illustrations](#)
 - [CMS2-CP1](#)
 - [CMS2-CP2](#)
 - [CMS2-CP3](#)
 - [CMS2-CP4](#)
5. [Articulation CMS3-CP et illustrations](#)
 - [CMS3-CP1](#)
 - [CMS3-CP2](#)
 - [CMS3-CP3](#)
 - [CMS3-CP4](#)
6. [Articulation CMS4-CP et illustrations](#)
 - [CMS4-CP1](#)
 - [CMS4-CP2](#)
 - [CMS4-CP3](#)
 - [CMS4-CP4](#)
7. [Pistes pour l'évaluation](#)

Des compétences méthodologiques et sociales aux contenus d'enseignement en EPS.

Commande : *Il s'agira de concevoir une trame de réflexion permettant aux équipes :*

- *D'organiser et de planifier les effets éducatifs visés pour mettre en place une véritable politique éducative sur l'ensemble du cursus*
- *De proposer un cadre permettant de décliner les effets éducatifs en véritables contenus d'enseignement clairement identifiables dans la pratique des APSA supports.*
- *D'évaluer l'acquisition de ces compétences avec des critères équitables fiables et justifiables*

Le nouveau programme d'EPS du collège (arrêté du 8 juillet 2008) est un texte qui s'inscrit dans une perspective de curriculum sur toute la scolarité (du primaire au lycée). Il favorise une articulation avec le socle commun de connaissances et de compétences (Décret n°2006-830 du 11 juillet 2006) et invite les équipes pédagogiques à écrire un projet d'EPS qui soit lisible par tous (administration, inspection, parents...), concis et simplifié dans un but d'homogénéisation des pratiques professionnelles.

Deux ensembles de compétences permettent d'atteindre les visées éducatives de l'EPS : **les compétences propres (CP)** (« révélant une adaptation motrice efficace de l'élève confronté aux grandes catégories d'expériences les plus représentatives du champ culturel des APSA ») qui constituent le pôle moteur de la pratique (savoir faire) et **les compétences méthodologiques et sociales (CMS)** (« révélant principalement l'appropriation d'outils, de méthodes, de savoirs et de savoir-être nécessaires aux pratiques et aux apprentissages dans le respect des règles et des rapports humains ») qui se rapportent au pôle social et cognitif de la pratique (savoir-être).

Une des difficultés des équipes pédagogiques résulte dans la mise en place concrète des CMS et dans l'articulation de ces dernières avec les CP. Les CMS sont inscrites dans le projet d'EPS mais ne sont pas forcément enseignées, et lorsqu'elles le sont, leurs contenus ne sont pas articulés avec ceux des compétences propres, et souvent elles ne sont pas évaluées ou évaluées sans véritable critère et parfois de façon aléatoire. En clair, trop souvent il y a juxtaposition des compétences propres et des compétences méthodologiques et sociales et non pas articulation ou interaction.

L'un des objectifs de ce travail est donc de démontrer en illustrant à partir d'exemples concrets que l'articulation des CP et des CMS dans une démarche d'enseignement centrée sur l'élève favorise l'acquisition et le développement des CP et des CMS simultanément. Se centrer uniquement sur l'une de ces 2 compétences dans la construction des contenus d'enseignement appauvrit non seulement la démarche et les contenus mais aussi les apprentissages des élèves. Ces deux compétences devraient être, à l'inverse, organisatrices de l'enseignement.

La réflexion et le travail des enseignants doivent porter sur les choix que l'équipe pédagogique fait et surtout sur ce qui préside à ces choix et au-delà de l'équipe, la responsabilité de l'enseignant face à sa classe dans l'utilisation des outils proposés est fondamentale. Il s'agit de s'interroger sur les enjeux de l'enseignement de telle ou telle CP et/ ou CMS **puis** de choisir quelles APSA sont les plus à même de l'opérationnaliser. Pour cela, il convient donc de reprendre les étapes qui vont conduire à la programmation des APSA et à la construction des contenus.

La première chose à définir est l'effet éducatif qui sera envisagé pour chaque cycle de la classe de 6^{ème} à la classe de 3^{ème}. Cela consiste à mettre en exergue les caractéristiques des élèves et les ressources à mobiliser et à développer chez ces derniers. Par effet éducatif, nous entendons la finalité poursuivie c'est à dire la santé, la citoyenneté, la sécurité, l'autonomie, la solidarité. La seconde chose à définir est la CP et/ ou les CMS qui sont susceptibles de faciliter l'atteinte de l'effet éducatif souhaité. **Ensuite et seulement**, arrive le choix de l'APSA à travers la compétence attendue, choix qui devra se révéler le plus pertinent possible pour atteindre l'objectif visé tout en tenant compte du nécessaire équilibre de la programmation. Enfin nous préconisons que les contenus d'enseignement soient construits à travers le filtre de la démarche d'enseignement en 6 étapes (cf. travaux des GRA 2005/06)

- 1 : mise en activité, action
- 2 : émergence des problèmes, ressentis
- 3 : apport de solutions, les possibles
- 4 : contenus d'enseignement, acquisitions
- 5 : contextualisation, mise en pratique des solutions retenues
- 6 : recontextualisation, adaptation, évaluation

A travers cette démarche l'équipe enseignante définira clairement ce qu'elle veut atteindre chez les élèves auxquels elle s'adresse, dans quel but et de quelle manière. Les situations proposées mettront ainsi les élèves en apprentissage de CP et CMS. Il sera alors fondamental de cerner les comportements en terme d'observable et d'évaluable.

C'est cette articulation de choix contextualisés et opérationnalisés qui donnera du sens à cette démarche d'enseignement.

[Retour sommaire](#)

Démarche permettant, en EPS, d'articuler l'acquisition des Compétences Propres et celle des Compétences Méthodologiques et Sociales

Il s'agit, à travers cet article, de différencier les types de situations proposées par l'enseignant d'EPS afin de déterminer en quoi celles-ci peuvent participer conjointement à l'acquisition des **Compétences Méthodologiques et Sociales (CMS)** mais aussi des **Compétences Propres à l'EPS** prévues par les Programmes (BO du 28/08/2008).

En fait, nous nous appuyerons notamment sur les travaux du Groupe Ressource de l'année 2005-2006 concernant la **démarche d'enseignement**.

Cette réflexion permettait notamment de faire une distinction entre **3 grands types de situations** :

- **Situation de référence**
- **Situation problème**
- **Situation d'apprentissage**

Notre souci est de répondre à la question suivante :

Comment favoriser l'acquisition des Compétences Méthodologiques et Sociales par les élèves, et ce, pour chaque type de situation ?

Plus précisément, nous voudrions insister sur la nécessité **d'effectuer des choix adaptés** :

- Premièrement, ces choix sont à opérer sur les CMS à privilégier par rapport aux priorités éducatives visées (respect de la règle, autonomie, solidarité...) en fonction du contexte local (âge et profil des élèves, type d'établissement, projets...).
- Deuxièmement, ces choix sont effectués par rapport au type de situation proposée aux élèves (situation de référence, situation problème, situation d'apprentissage).

En fait, l'enseignant dans son activité de conception doit retenir des compétences à la fois sur le plan moteur mais aussi sur le plan méthodologique et social.



1) Situation de référence :

L'activité motrice de l'élève est organisée par un environnement favorisant son engagement dans l'APSA. L'élève agit pour s'adapter à un contexte global en lien avec les compétences propres à l'EPS attendues par les programmes.

Dans ce cadre, les **CMS 1, 2 et 4** sont particulièrement sollicitées :

* **Exemple en Badminton** Collège niveau 1 : rappel de la Compétence attendue : « Rechercher le gain loyal d'une rencontre...par l'utilisation de frappes variées en longueur ou en largeur ».

Situation de référence proposée : terrain séparé en 2 parties, une longue et une courte. Match avec interdiction de jouer en zone courte.

- Ici, l'élève se confronte aux exigences de l'activité
- Il découvre et applique le règlement

- **CMS1** :

- S'approprier le règlement
- Respecter le règlement
- Respecter l'adversaire
- Respecter le matériel (raquettes, volants...)

- **CMS2** :

- Installer et ranger le matériel
- Assumer des rôles d'arbitre et d'observateurs (zones longues)

- **CMS 4** :

- S'échauffer
- Maîtriser ses émotions.

* **Autre illustration en Natation Collège Niveau 1**

Situation de référence proposée : « Réaliser sur une durée de 6 minutes la meilleure performance motrice en nage dorsale et ventrale. » (cf. Niveau 1 des Programmes du Collège)

Autrement dit, il s'agit de parcourir la plus grande distance possible en 6 minutes, en utilisant obligatoirement une nage ventrale et une dorsale.

- **CMS 1** :

- Respecter les règles de fonctionnement (relatives notamment à la circulation à l'intérieur de la ligne d'eau)
- Respecter les règles d'hygiène (douche obligatoire, passage par le pédiluve, port d'un bonnet de bain pour les élèves qui ont les cheveux longs...)
- Respecter les règles de sécurité (*pour soi* : ne pas courir sur les plages de la piscine et *pour les autres* : signaler au professeur et/ou au maître-nageur dès qu'un camarade est en difficulté)

- **CMS 2** :

- Assumer le rôle de chronométrateur pour les 6 minutes
- Assumer des rôles de responsabilités (observer et relever la distance parcourue ; valider l'utilisation d'une nage ventrale et une nage dorsale)

- **CMS 4** :

- S'échauffer (hors de l'eau et dans l'eau).
- Réguler et gérer ses ressources (afin de ne pas s'arrêter au cours des 6' de nage).

2) Situation problème :

En relation avec les exigences de l'activité pratiquée mais aussi des programmes, l'enseignant propose une situation problème qui permet à l'élève d'identifier l'obstacle à franchir. L'élève est sollicité pour apporter des solutions motrices utiles et efficaces. Cette recherche de solutions doit être le fruit d'un travail collectif où les savoirs faire sociaux sont sollicités.

* **En Badminton**, pour confronter les élèves au problème du jeu long, on peut les placer par 2 et l'objectif est d'échanger en étant le plus loin possible du filet.

Ils commencent derrière la ligne de service et reculent d'1 pas s'ils réussissent 10 frappes successives.

- Ici l'élève répète dans une situation problème dans laquelle il tente de s'adapter aux exigences de la situation.
- L'élève perçoit la difficulté d'échanger en étant loin du filet.
- Sur le plan tactique, il perçoit l'intérêt de jouer loin du filet pour mettre son adversaire en difficulté.

Dans ce cadre, les CMS 2 et 3 sont prioritairement sollicitées et dans une moindre mesure la CMS 1:

- **CMS1** :
 - Agir dans le respect des autres : écoute, prises de parole...
- **CMS 2** :
 - Travailler en équipe, s'entraider pour trouver des solutions.
- **CMS 3** :
 - Elaborer un projet d'action et le mettre en œuvre : « pour jouer long, je dois faire... »
 - Raisonner avec logique et rigueur
 - Persévérer

* **En Natation**, pour faire acquérir la Compétence relative à *l'optimisation de l'efficacité propulsive des membres supérieurs*, l'enseignant propose de :

- **Nager 4x25 mètres** (utilisation du pull-boy) en réduisant de un, le nombre de coups de bras à chaque 25 mètres. La récupération est de 20 secondes entre chaque 25 mètres.

- **CMS 1** :
 - Agir dans le respect d'autrui (Echanger en s'exprimant librement, écouter les solutions trouvées par les camarades pour réduire le nombre de coups de bras)
- **CMS 2** :
 - / Rôles sociaux : Compter le nombre de coups de bras de son camarade sur chaque 25 mètres
 - / Responsabilité : oser faire des propositions pour faire émerger des solutions
- **CMS 3** :
 - Raisonner avec rigueur

3) Situation d'apprentissage :

L'enseignant propose des situations d'apprentissage dont les exigences sont différenciées selon les besoins des élèves et dont le caractère évolutif permet à l'élève de s'approprier les contenus d'enseignement.

* **En Badminton**, pour résoudre les problèmes inhérents à la construction du jeu long, 3 groupes de différenciation peuvent être proposés :

- Placement/volant : A et B effectuent des frappes en main haute. Au signal de B (hop), A doit se placer sous le volant mais ne pas le frapper. Le volant doit alors tomber sur la tête de A.

- Organisation segmentaire : attitude de profil : A et B effectuent des frappes en main haute en respectant les critères de réalisation

- Se positionner de profil (pieds + épaules)
- Viser le volant avec la main libre.
- Placer le coude haut

- Accélération de la tête de raquette : A et B effectuent des frappes en main haute en partant d'une position « armée » main au-dessus de la tête. Le manque d'élan conduit l'élève à solliciter la rotation interne de son avant bras ainsi que son poignet pour accélérer le volant.

- Ici l'élève répète dans une situation d'apprentissage.
- L'élève prend connaissance des critères de réalisation et des critères de réussite.
- L'élève observe un camarade et lui donne des informations sur ses réalisations.

Dans ce cadre, les **CMS 2 et 3** sont particulièrement sollicités :

- **CMS 2** :
 - Recueillir des informations sur les réalisations de son camarade
 - Informer son camarade sur ses réalisations par rapport aux critères définis.
- **CMS 3** :
 - Identifier les raisons de sa réussite ou de son échec.
 - Persévérer dans son travail de répétition

* **En Natation**, pour *optimiser le placement de l'inspiration en Crawl*, l'enseignant propose de :

- **Nager 4x25 mètres, en bras de Crawl** (utilisation du pull-boy) en plaçant l'inspiration à la fin de l'action propulsive du bras (temps mort moteur), autrement dit, « tourner la tête et inspirer lorsque la main touche la cuisse ».

L'élève récupère 20 secondes en chaque 25 mètres.

Un élève « observateur », placé sur le bord du bassin, regarde le moment de l'inspiration.

- **CMS 2** :
 - Utiliser du matériel (parfois nouveau comme le pull-boy), l'installer et le ranger
 - S'entraider lors de ce travail par paires, donner à son camarade des informations pour faire émerger des transformations
- **CMS 3** :
 - Utiliser différents types de repères (tactiles et visuels notamment à ce niveau pour contrôler le trajet de sa main)
 - Persévérer dans les apprentissages, répéter

[Retour sommaire](#)

CMS 1
Agir dans le respect de soi, des autres, et de l'environnement par l'appropriation de règles

	Sous-compétences	NIVEAU 1	NIVEAU 2
CP1	<u>Sécurité</u>	Connaître et respecter les règles de sécurité (consignes et manipulation du matériel)	Respecter et faire respecter Se sentir responsable de ses partenaires
	<u>Citoyenneté</u>	Respecter les règles d'hygiène Etre respectueux des capacités et de l'image de chacun Etre respectueux du travail réalisé par autrui.	Etre respectueux du travail réalisé par autrui.
	<u>fonctionnement</u>	Connaître le matériel et son utilisation Respecter les règles de fonctionnement d'une activité Respecter le fonctionnement d'un groupe ou d'un atelier.	Connaître les conditions de mise en place du matériel pour une pratique efficace (ex athlétisme)

CP2	<u>Sécurité</u>	Connaître et respecter les règles de sécurité (consignes et manipulation du matériel) Etre soigneux et rigoureux dans la gestion du matériel <i>(Illustration: Escalade N1)</i> Connaître ses limites affectives et réaction émotionnelles	Respecter et faire respecter Gérer le couple « risque-sécurité » en toute lucidité. Prévenir, alerter et secourir autrui en milieu peu connu Se sentir responsable de ses partenaires
	<u>Citoyenneté</u>	Etre respectueux des capacités et de l'image de chacun Etre respectueux du travail réalisé par autrui. Respecter l'environnement Respecter son partenaire, prendre des décisions communes	Etre respectueux du travail réalisé par autrui. Accepter l'effort et l'adapter aux capacités de son partenaire.
	<u>fonctionnement</u>	Respecter les règles de fonctionnement d'une activité ainsi que son esprit (ex escalade/CO)	Se montrer rigoureux dans les tâches confiées.

CP3	<u>Sécurité</u>	<p>Connaître et respecter les règles de sécurité (consignes et manipulation du matériel) Etre toujours vigilant</p>	<p>Respecter et faire respecter Connaître les techniques de parade, réchappe, chute. Gérer la prise de risque Organiser l'espace (réception, sécurité) Etre toujours vigilant Se sentir responsable de ses partenaires</p>
	<u>Citoyenneté</u>	<p>Accepter la relation et le contact avec un partenaire Accepter de travailler avec tout le monde Accepter le regard des autres Etre respectueux du travail réalisé par autrui.</p>	<p>Accepter les regards et jugements des autres et les utiliser pour progresser (ex à faire) Etre respectueux du travail réalisé par autrui.</p>
	<u>fonctionnement</u>	<p>Etre à l'écoute, prendre en compte les idées de chacun Respecter les règles de fonctionnement d'une activité</p>	<p>Accepter de suivre une démarche autre que la sienne</p>

CP4	<u>Sécurité</u>	<p>Connaître et respecter les règles de sécurité (consignes et manipulation du matériel), les gestes et comportements à risque pour soi et/ou les autres pour empêcher les actions dangereuses. Maîtriser ses émotions, garder le contrôle de ses actes.</p>	<p>Respecter et faire respecter Gérer les situations potentiellement à risque. (Illustration: N2 lutte) Maîtriser son niveau d'engagement. Se sentir responsable de ses partenaires</p>
	<u>Citoyenneté</u>	<p>Respecter les partenaires, adversaires et décisions de l'arbitre Connaître les règles simples de l'activité Illustration: Cf. document sur le socle commun en EPS. Accepter de jouer avec des adversaires et partenaires différents. Accepter la relation et le contact avec un partenaire, un adversaire, le sol. Accepter de perdre ou gagner loyalement.</p>	<p>Connaître les règles complémentaires de l'activité Accepter la répartition des rôles dans l'équipe. Reconnaître ses fautes.</p>
	<u>fonctionnement</u>	<p>Respecter l'esprit de l'activité et le lieu de pratique. Respecter les règles de fonctionnement d'une activité</p>	

[Retour sommaire](#)

Illustration de la CMS 1 : escalade Niveau 1

CP2 - Se déplacer en s'adaptant à des environnements variés et incertains

CMS 1 – S'engager en sécurité			
COMPÉTENCES VISÉES Connaissances (CONN) Capacités (CAP) Attitudes (ATT)	Dispositif et aménagement matériel	Contenus d'enseignement	Evaluation
<p>Assurer un partenaire en toute sécurité</p> <p>Connaître et respecter les règles de sécurité, les consignes et la manipulation du matériel</p> <p>CONN</p> <p>Connaître le matériel et les consignes de sécurité</p> <p>CAP</p> <p>Savoir s'équiper d'un harnais</p> <p>Faire son noeud d'encordement, avec noeud d'arrêt</p> <p>Installer le système d'assurage sur la corde et sur le pontet du harnais</p> <p>Maîtriser la méthode de l'assurage en moulinette en contrôlant la tension de la corde</p> <p>ATT</p> <p>Assurer en maintenant une attention constante sur le grimpeur</p> <p>Se préparer en se concentrant et en vérifiant le matériel</p> <p>Respecter un protocole de départ et de fin en utilisant des termes spécifiques</p> <p>Faire preuve de rigueur dans l'utilisation du matériel</p> <p>Respecter les consignes de sécurité</p> <p>Rester concentré, confiant et serein dans ses tâches d'assurage</p>	<p>Situation: Assurer un partenaire qui grimpe en moulinette et contrôler la redescente.</p> <p>Par 4: A grimpeur / B assureur / C contre-assureur / D observateur</p> <p><u>1er temps</u> A et B s'équipent, s'encordent et installent le système d'assurage. D observe avec une fiche de contrôle si toutes les étapes sont respectées et si les compétences sécuritaires sont acquises.</p> <p><u>2è temps</u> A grimpe en moulinette puis se laisse redescendre assis dans son baudrier, par de courtes étapes. D vérifie la capacité de B à assurer, puis à bloquer la corde lors de la descente. <i>Problème = comment vérifier la compétence de D???</i> <i>L'enseignant se doit de vérifier chaque triplette avant de laisser le grimpeur partir.</i></p>	<p><u>S'équiper, s'encorder (CONN/CAP)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - ajuster le baudrier à la taille et aux cuisses - passer et <u>repasser</u> la sangle dans la boucle de serrage - savoir réaliser un « noeud en 8 » et le terminer par un <u>noeud d'arrêt</u> - placer la corde dans le descendeur relié au baudrier par un mousqueton à vis <u>fermé</u> <p><u>Assurer un grimpeur en moulinette</u></p> <p>CAP</p> <ul style="list-style-type: none"> - Se placer à moins de 3m de la paroi - Savoir bloquer la corde dans le descendeur (2 cordes ouvertes) - savoir se transformer en contrepoids actif - coordonner les mouvements de main pour assurer sans jamais lâcher la corde sous le descendeur (corde aval) - lorsque le mou est avalé, la main_à mont vient tenir la corde aval pour permettre à la main aval de remonter près du 8 <p>ATT</p> <ul style="list-style-type: none"> - être vigilant constamment - vérifier le noeud d'encordement du grimpeur - utiliser un langage clair et précis pour communiquer 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p><u>FICHE DE CONTRÔLE</u></p> <p>NOM:</p> <p>Prénom:</p> <p><u>S'EQUIPER / S'ENCORDER</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Sait s'équiper d'un harnais et l'ajuster O N - Sait faire son noeud d'encordement O N - Sait installer le système d'assurage O N - Vérifie que le grimpeur est bien équipé O N <p><u>ASSURER</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Reste vigilant et attentif O N - Sait bloquer la descente ou la chute O N - Sait donner du mou à la corde au fur et à mesure de la montée O N - Maîtrise la technique de l'assurage O N </div> <p>Cette évaluation formative peut se transformer en note chiffrée en fin de cycle, correspondant aux CMS (nombre de points à déterminer au sein des équipes pédagogiques).</p> <p>Ou</p> <p>La CMS 1 peut être validée, en cours d'acquisition ou non validée, pour la CP 2.</p> <p>Pour valider le niveau de compétence, il s'agit de déterminer: dans combien de CP désire-t-on le voir maîtrisé? Et à l'intérieur de chaque CP, dans combien d'activités?</p> <p>Une fiche identique serait à construire pour le niveau 2 en escalade (assurer lors d'un grimper en tête, savoir installer un</p>
<p><i>Liens avec le socle commun</i></p> <p><i>C6= S'investir avec rigueur dans les rôles d'assureur, de contre-assureur et d'observateur. Agir en toute sécurité pour soi et pour les autres.</i></p>			

[Retour sommaire](#)

Illustration de la CMS 1 : lutte Niveau 2

CP4 - Conduire et maîtriser un affrontement individuel

CMS 1 - Assurer une pratique sécuritaire

COMPÉTENCES VISÉES Connaissances (CONN) Capacités (CAP) Attitudes (ATT)	Dispositif	Contenus d'enseignement	Evaluation																								
<p>Connaît, respecte et fait respecter les consignes de sécurité → Lors d'une situation d'apprentissage → Lors d'un combat - savoir reconnaître les gestes et comportements à risque pour prévenir ou stopper les actions dangereuses - gérer les situations potentiellement à risque</p> <p>CONN Connaître les règles de sécurité Connaître les repères garantissant la chute en toute sécurité</p> <p>CAP Se déplacer, réagir, parler fort, intervenir pour permettre une pratique sécuritaire en se positionnant pour empêcher les sorties de zones, les actions dangereuses</p> <p>ATT N1 : Etre rigoureux et vigilant, rester attentif en toutes circonstances N2 : Se concentrer et rester attentif (arbitre) Rester rigoureux dans ses décisions</p>	<p>Situation: Situation de combat Par groupe de 4: 2 lutteurs 1 arbitre 1 marqueur qui comptabilise des points et tient le chronomètre</p> <p>L'arbitre gère le protocole, assure la sécurité des lutteurs, identifie les actions décisives et les communique au marqueur</p> <p>Chacun son tour, chaque élève doit tenir tous les rôles.</p>	<p>CAP - Se déplacer pour empêcher les sorties de zones et les actions dangereuses - Se déplacer pour mieux voir la zone d'impact - Arrêter le combat lors de gestes dangereux, lorsque les lutteurs sont près de sortir de la zone de combat</p> <p>CONN - Reconnaître les étranglements, les clefs, les articulations malmenées, les signes de douleur</p> <p>ATT - Faire preuve d'autorité, parler d'une voix forte, prendre des décisions rapides, diriger le combat par des ordres sûrs</p>	<table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th colspan="4" style="text-align: center;">EVALUATION DU RÔLE D'ARBITRE</th> </tr> <tr> <th colspan="4" style="text-align: left;">NOM Prénom :</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>- Fait respecter le protocole</td> <td style="text-align: center;">1</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">3</td> </tr> <tr> <td>- Connaît le règlement, les termes, assure le comptage des points, avantages et pénalités</td> <td style="text-align: center;">1</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">3</td> </tr> <tr> <td>- Autorité</td> <td style="text-align: center;">1</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">3</td> </tr> <tr> <td>- Assure la sécurité des combattants</td> <td style="text-align: center;">1</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">3</td> </tr> </tbody> </table> <p>Cette fiche n'est qu'une proposition, qui permet de valider la CMS 1, à la fois sur le plan de la sécurité, mais aussi de la citoyenneté, au-travers du rôle d'arbitre. Elle est un moyen d'évaluer de façon formative, par l'enseignant, par un autre élève, sous forme d'auto-évaluation; ou en fin de cycle en terme de note (nombre de points à déterminer au sein des équipes pédagogiques).</p> <p>Par contre, elle ne peut être utilisée que si le rôle d'arbitre a fait l'objet d'apprentissages spécifiques et systématiques, si l'enseignant a donné des contenus d'enseignement précis tout au long du cycle, à la fois en situation d'apprentissage et en situation de combat.</p> <p>Contenus d'enseignement sécuritaires: repérer et faire appliquer des règles de sécurité (conditions pour chuter et faire chuter sans risque, être attentif aux espaces entre les lutteurs...); Ou contenus pour connaître et faire appliquer un règlement, assurer le comptage des points ou la tenue d'un chronomètre, l'organisation d'un tournoi, la tenue de</p>	EVALUATION DU RÔLE D'ARBITRE				NOM Prénom :				- Fait respecter le protocole	1	2	3	- Connaît le règlement, les termes, assure le comptage des points, avantages et pénalités	1	2	3	- Autorité	1	2	3	- Assure la sécurité des combattants	1	2	3
EVALUATION DU RÔLE D'ARBITRE																											
NOM Prénom :																											
- Fait respecter le protocole	1	2	3																								
- Connaît le règlement, les termes, assure le comptage des points, avantages et pénalités	1	2	3																								
- Autorité	1	2	3																								
- Assure la sécurité des combattants	1	2	3																								
<p><i>Liens avec le socle commun</i> C6= Comprendre et mettre en oeuvre les conditions pour agir en sécurité. Comprendre l'importance du respect mutuel dans l'activité (adversaire, décision d'un juge, d'un arbitre)</p>																											
<p>NB: Le rôle de l'arbitre doit être vu sous les 2 angles de la sécurité et de la citoyenneté. Cette illustration prend le parti pris de la sécurité mais peut tout aussi s'adapter pour développer les compétences citoyennes (respecter et <u>faire respecter</u> les règles). SÉCURITÉ : Surface minimum, espace de sécurité entre les zones de combat, actions et prises interdites Placements et déplacements de l'arbitre: se positionner pour empêcher les sorties de zones, les actions dangereuses... CITOYENNETÉ : Protocole du combat (salut, contact, stop), règlement et gestes associés</p>																											

CMS 2 :
Organiser et assumer des rôles sociaux et des responsabilités par la gestion et l'organisation des pratiques et des apprentissages :

		Niveau 1	Niveau 2
CP1 : Réaliser une performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée	OBSERVATEUR	<ul style="list-style-type: none"> - Quantité: une ou deux informations - Critères observables simples - Interprétation conduite par l'enseignant Exemples : nombre de coups de bras effectués sur 25m en natation, zones de réception ou d'impulsion en saut en hauteur. (Illustration 1 natation)	<ul style="list-style-type: none"> - Quantité: plus d'informations à traiter sur la même action - l'interprétation est guidée par l'enseignant, mais conduite par l'élève. - Critères combinés (Exemple : repérer le placement de l'inspiration en relation avec le mouvement du bras en natation) Davantage d'ordre comportemental (moins de quantitatif)
	STARTER CHRONOMETREUR	Connaître et donner les ordres, assurer le respect des commandements par les coureurs	Connaître et identifier les repères de déclenchement et d'arrêt (claquoir au départ, ligne d'épaules à l'arrivée en course athlétiques) Assurer une liaison, une communication entre starter et chronométreur.
	JUGE	Connaître les conditions de validation d'une performance (respect du couloir en course, non dépassement de la planche d'appel...)	Connaître les conditions de validation d'une performance (respect du couloir en course, non dépassement de la planche d'appel...) Faire respecter le règlement.
CP2 : Se déplacer en s'adaptant à des environnements variés et incertains	OBSERVATEUR:	Cf. CP1 Exemples: nombre de prises de main utilisées par le grimpeur.	Cf. CP1 Exemple : nombre de prises utilisées et PME utilisées.
	<u>ESCALADE:</u> ASSUREUR CONTRE-ASSUREUR	s'équiper, vérifier l'équipement de ses partenaires maîtriser la méthode de l'assurage en 5 temps communiquer avec le grimpeur maîtriser la descente du grimpeur. Parer un grimpeur en traversée. (Illustration 2 Escalade)	Pas de niveau 2

CP3 : Réaliser une prestation corporelle à visée artistique ou acrobatique	OBSERVATEUR	(<i>apprentissage du rôle de juge ou de spectateur</i>): Cf. CP1 Exemples: alignement segmentaire, espace utilisé.	JUGE: A partir de critères définis, attribuer une valeur à une prestation observée. Reconnaître la valeur des éléments. SPECTATEUR: Reconnaître les règles de composition utilisées lors d'une prestation. Argumenter sur les effets ressentis. Exemple: variété des moyens de composition utilisés, les temps forts...
	CHOREGRAPHE OU METTEUR EN SCENE	Dans son groupe de travail, chaque membre est responsable de l'exploitation d' un principe simple de construction chorégraphique ou de mise en scène ; ce principe doit être proposé par un élève mais validé par l'ensemble du groupe (être capable de prendre en compte un avis différent, d'écouter les autres membres du groupe...) Exemple : l'unisson, la répétition ... (Illustration 3 danse)	Dans son groupe de travail, chaque membre est responsable de l'exploitation de deux principes de plus en plus complexe de construction chorégraphique ou de mise en scène . Exemple : la transposition, le contrepoint... A nouveau, un accord de tous les membres du groupe est nécessaire.
	AIDE (<i>gym</i>)	Adopter une attitude active et précise lors d'une aide à l'ATR : mains aux hanches du gymnaste + épaules en barrage des jambes du gymnaste.	
CP4 : Conduire et maîtriser un affrontement individuel ou collectif	OBSERVATEUR	Cf. CP1 Exemples: Nombre de possessions de balle, nombre de tirs... (sports collectifs), orientation des appuis et des épaules pour la frappe haute en badminton.	Cf. CP1 Exemple : repérer les points forts et les points faibles d'un joueur, conseiller une stratégie à un camarade (raquette, combat).
	ARBITRE	une ou deux règles par arbitre plusieurs arbitres sur le terrain	deux ou trois arbitres en charge de l'ensemble d'un règlement aménagé se répartissant des zones de jeu, en coopération
	COMBAT: ARBITRE	Se placer et se déplacer durant le combat ou l'assaut de façon à toujours voir l'avant des deux combattants. Reconnaître les principales fautes liées à la sécurité, arrêter le combat si elles se produisent et expliquer la faute clairement. Exemple BF : zones de touches interdites. Connaître les ordres et les gestes de gestion d'assaut ou de combat : exemple en BF : « en garde », « boxe », « stop ». (Illustration 4 Boxe française)	
	COMBAT : JUGE	Comptabiliser les points marqués dans un domaine seulement (nécessite donc plusieurs juges pour un même combat). Exemple : en BF, un juge en ligne basse, un juge en ligne médiane, un juge en ligne haute pour chaque combattant.	Durant un assaut, comptabiliser l'ensemble les points marqués pour un joueur. En accord avec l'autre juge, accorder la victoire à l'un des deux combattants.

[Retour sommaire](#)

Illustration 1 de la CMS 2 :

CP1 / OBSERVATEUR / NATATION / NIVEAU 1

- Quantité: une ou deux informations
- Critères observables simples
- Interprétation conduite par l'enseignant

Exemples : nombre de coups de bras effectués sur 25m en natation, zones de réception ou d'impulsion en saut en hauteur.

Au cours d'un cycle de natation de vitesse de 10 leçons sur un niveau 1 (en 6^{ème}), où la CP est définie de la façon suivante :

A partir d'un départ plongé ou dans l'eau, réaliser la meilleure performance possible sur une distance de 25 mètres en crawl en adoptant l'équilibre et les trajets moteurs les plus efficaces.

Respecter les règles de sécurité et d'hygiène. Assumer le rôle d'observateur.

L'enseignement de la CMS2 peut se faire entre autre par la mise en place du rôle d'observateur. Celui-ci doit permettre d'optimiser les apprentissages des élèves, de prendre conscience de certaines relations entre l'action et le résultat de l'action.

Par exemple, au cours du cycle, si l'objectif d'une leçon est d'effectuer une relation de cause à effet entre la fréquence de coups de bras en crawl et le temps de réalisation sur une distance donnée, l'enseignant peut mettre en place une fiche d'observation où un élève n'est responsable que d'une donnée, à savoir, le temps réalisé ou le temps effectué.

L'interprétation est ensuite conduite par l'enseignant, par une démarche de questionnement : « est-ce que ce sont forcément ceux qui effectuent le plus grand nombre de coups de bras qui se déplacent le plus vite ? », « est-ce que ceux qui effectuent le moins de coups de bras réalisent une performance moins importante, nettement moins importante, plus importante ? »

L'évaluation de cette CMS2 nécessite de la part de l'observateur d'être engagé dans une réflexion et mise en relation des données qu'il collecte. L'enseignant est le garant des acquisitions qui découlent de ces actions d'observation et de leur interprétation.

[Retour sommaire](#)

Illustration 2 de la CMS 2 :

CP2 / ASSUREUR / CONTRE-ASSUREUR / ESCALADE / NIVEAU 1

- s'équiper,
- vérifier l'équipement de ses partenaires
- maîtriser la méthode de l'assurage en 5 temps
- communiquer avec le grimpeur
- maîtriser la descente du grimpeur.
- Parer un grimpeur en traversée.

Au cours d'un cycle d'escalade de 10 leçons sur un niveau 1 (en 5^{ème}), où la CP est définie de la façon suivante :

Choisir et conduire un déplacement pour grimper, en moulinette, deux voies différentes à son meilleur niveau en privilégiant l'action des membres inférieurs. Assurer un partenaire en toute sécurité.

La mise en place et l'évaluation de la CMS2 doit entre autre s'articuler avec des rôles et des CE liés à l'activité d'assureur ou de contre-assureur.

Très tôt dans le cycle, l'enseignant installe un protocole de sécurité précis qui précède systématiquement toute situation, concernant notamment l'équipement et l'assurage.

Intégrés à ce protocole, des CE liés à la communication entre les membres du trio « grimpeur / assureur / contre assureur » doivent être mis en place :

- Le grimpeur s'adresse à l'assureur,
- L'assureur observe et s'adresse au grimpeur,
- Le contre assureur observe et s'adresse à l'assureur.

Cette organisation nécessite de rester concentré sur sa ou ses tâches sans en sortir tout au long de la situation.

La communication doit être brève et utiliser les termes spécifiques.

Exemple : le grimpeur à l'assureur « du mou, sec... »

L'évaluation de la CMS2 doit prendre en compte cette compétence à ne pas sortir de ce protocole.

Illustration 3 de la CMS 2 :

CP3 / CHOREGRAPHE OU METTEUR EN SCENE / DANSE CONTEMPORAINE / NIVEAU 1

« Dans son groupe de travail, chaque membre est responsable de l'exploitation d'un principe simple de construction chorégraphique ou de mise en scène ; ce principe doit être proposé par un élève mais validé par l'ensemble du groupe (être capable de prendre en compte un avis différent, d'écouter les autres membres du groupe...)

Exemple : l'unisson, la répétition ...

Au cours d'un cycle de danse contemporaine de 10 leçons sur un niveau 1 (en 6^{ème}), où la CP est définie de la façon suivante :

Composer et présenter une chorégraphie collective structurée en enrichissant des formes corporelles et des gestes simples, en jouant sur les composantes du mouvement : l'espace, le temps et l'énergie.

Maîtriser ses émotions et accepter le regard des autres.

Observer avec attention et apprécier avec respect les prestations.

La mise en place et l'évaluation de la CMS2 doit entre autre s'articuler avec des rôles et des CE liés à l'activité de chorégraphe.

Après une entrée dans l'activité dictée par son projet de classe (L1), l'enseignant planifie son enseignement avec l'acquisition d'un principe chorégraphique par leçon pendant 6 leçons (de L2 à L7), soient au total 6 principes (exemple : l'investissement de 3 espaces, l'exploitation du temps, l'unisson, la répétition, relation question/réponse et les orientations).

En L8 et L9, des groupes pérennes de 4 à 6 élèves sont constitués en vue d'une évaluation sommative. Chaque élève s'attribue la responsabilité d'un principe de construction chorégraphique. Il propose des moyens de le mettre en place : à tel ou tel moment de la chorégraphie, reprendre tel ou tel geste pour l'exploiter en répétition, en amplification...

Ces propositions doivent se faire au sein d'un groupe à l'écoute qui reste disponible pour les faire évoluer. Chacun doit être capable de proposer sans imposer, d'écouter sans couper la parole, de juger sans dénigrer, d'accepter de nouvelles propositions en concédant de mettre es siennes entre parenthèses...

Ceci doit permettre de lutter contre les tendances naturelles qui, au sein d'un groupe, tend à fonctionner autour d'un leader (plus « spécialiste », qui a un caractère plus affirmé, plus volubile) laissant au autres le rôle de consommateurs passifs.

[Retour sommaire](#)

Illustration 4 de la CMS 2 :

CP4 / ARBITRE / BOXE FRANCAISE / NIVEAU 1

Se placer et se déplacer durant le combat ou l'assaut de façon à toujours voir l'avant des deux combattants.

Reconnaître les principales fautes liées à la sécurité, arrêter le combat si elles se produisent et expliquer la faute clairement.

Exemple BF : zones de touches interdites.

Connaître les ordres et les gestes de gestion d'assaut ou de combat : exemple en BF : « en garde », « boxe », « stop ».

Au cours d'un cycle de boxe française de 10 leçons sur un niveau 1 (en 5^{ème}), où la CP est définie de la façon suivante :

S'engager loyalement dans un assaut, en rechercher le gain tout en contrôlant ses touches et en maîtrisant la distance pour toucher sans être touché.

Assurer le comptage des points et le respect des règles de sécurité.

La mise en place et l'évaluation de la CMS2 doit entre autre s'articuler avec le rôle et des CE liés à l'activité d'arbitre.

Ainsi, dès le début du cycle, l'enseignant installe un protocole de sécurité précis qui accompagne systématiquement toute situation d'assaut dont l'élève arbitre est garant.

L'acquisition de la compétence arbitre au cours du cycle nécessite de la part de l'élève d'apprendre à se placer et se déplacer en fonction des déplacements des tireurs, de réagir vite face à un comportement dangereux, d'arrêter l'assaut de façon autoritaire, de séparer les tireurs, de leur expliquer la faute et de faire reprendre l'assaut en un minimum de temps.

Au final, cela revient à assurer la sécurité des tireurs, mais aussi utiliser les gestes et le vocabulaire appropriés.

[Retour sommaire](#)

CMS 3 : SE METTRE EN PROJET

	Sous-compétences	Niveau 1 Connaissances, capacités, attitudes	Niveau 2 Connaissances, capacités, attitudes
CP1 : Réaliser une performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée	Identifier individuellement ou collectivement : <ul style="list-style-type: none"> - les conditions de l'action - Apprécier l'efficacité de ses actions 	Identifier les conditions de son projet d'action ou celui de son partenaire. Identifier les caractéristiques de sa validation à partir de repères externes et quelques repères sur soi.	Identifier les conditions de son projet d'action ou celui de son partenaire. Identifier les caractéristiques de sa validation à partir de repères sur soi et d'observations extérieures.
	Elaborer un projet d'action et le mettre en œuvre	Construire, réguler et respecter un projet de performance à partir de quelques observables et en fonction des résultats.	Établir un projet de performance en tenant compte de ses capacités, des conditions de l'action dans son ensemble et le réussir.
	Raisonner avec logique et rigueur	Choisir son projet en fonction de ses résultats.	Choisir son projet et le faire évoluer en comparant avec méthode les résultats transmis et les sensations éprouvées. <u>Illustration 1 APSA demi-fond</u>
	Persévérer	Accepter d'expérimenter plusieurs types de projet	Accepter la répétition d'efforts et la charge de travail pour progresser. Persévérer malgré l'apparition de signes de fatigue

CMS 3 : SE METTRE EN PROJET

	Sous-compétences	N1 Connaissances, capacités, attitudes	N2 Connaissances, capacités, attitudes
CP2 : se déplacer en s'adaptant à des environnements variés et incertains	Identifier individuellement ou collectivement : <ul style="list-style-type: none"> - les conditions de l'action - Apprécier l'efficacité de ses actions 	Identifier la particularité de l'environnement et les actions à réaliser pour s'y adapter.	Identifier les contraintes, les conditions favorables à l'action ; les critères plus techniques d'observation de l'action.
	Elaborer un projet d'action et le mettre en œuvre	Choisir et réaliser son itinéraire en s'appuyant sur des éléments connus.	Élaborer un projet de déplacement, sélectionner et anticiper les éléments à prendre en compte.
	Raisonnement avec logique et rigueur	Poursuivre son projet en fonction de ses résultats et de données extérieures.	Adapter son projet à partir de ses points forts et faibles.
	Persévérer	Poursuivre les efforts malgré l'appréhension ressentie.	Persévérer malgré l'enchaînement des efforts ou les échecs ponctuels liés aux choix de déplacement.

[Retour sommaire](#)

CMS 3 : SE METTRE EN PROJET

	Sous-compétences	N1 Connaissances, capacités, attitudes	N2 Connaissances, capacités, attitudes
CP3 : réaliser une prestation corporelle à visée artistique ou acrobatique	Identifier individuellement ou collectivement : <ul style="list-style-type: none"> - les conditions de l'action - Apprécier l'efficacité de ses actions 	Identifier les règles et les principes simples de construction, de composition et d'appréciation.	Identifier la combinaison des procédés de composition. Identifier un répertoire élargi des difficultés et des procédés.
	Elaborer un projet d'action et le mettre en œuvre	Créer dans le cadre de composition proposé par l'enseignant en s'adaptant à ses capacités et/ou à celles du groupe.	Composer et présenter une chorégraphie/un enchaînement en gérant de façon optimale le rapport risque/maitrise.
	Raisonnement avec logique et rigueur	Repérer et apprécier la production individuelle et /ou collective à partir de critères simples.	Faire des propositions en relation avec le choix du thème/l'évocation de l'univers choisi et l'effet à produire chez le spectateur. Apprécier la valeur des éléments pour les hiérarchiser dans un code commun.
	Persévérer	Mémoriser par la répétition les différentes corporelles à reproduire les formes de groupements, les rôles, les espaces et les durées. Rester attentif et concentré durant toute la production.	Répéter pour connaître et « habiter » sa production.

CMS 3 : SE METTRE EN PROJET

	Sous-compétences	N1 Connaissances, capacités, attitudes	N2 Connaissances, capacités, attitudes
CP4 : conduire et maîtriser un affrontement individuel ou collectif	Identifier individuellement ou collectivement : <ul style="list-style-type: none"> - les conditions de l'action - Apprécier l'efficacité de ses actions 	Identifier les actions qui mettent en difficulté l'adversaire. Identifier les situations favorables. Identifier les critères d'efficacité d'un projet de jeu simple.	Identifier ses points forts et ses points faibles et ceux de son adversaire ou de l'équipe adverse. <u>Illustration 2 en Badminton</u>
	Elaborer un projet d'action et le mettre en œuvre	Prendre en compte les informations données par les observateurs pour s'organiser dans un projet de jeu simple lié la progression de la balle	Construire des schémas de jeu simple à partir des données recueillies de l'observateur. <u>Illustration 2 en Badminton</u> Prendre ses responsabilités et adapter ses choix en fonction du score.
	Raisonner avec logique et rigueur	Exploiter les données liées au score et à l'observation.	Exploiter les résultats de l'observation pour faire évoluer le projet tactique.
	Persévérer	Ne pas se décourager même lorsque le score est défavorable.	Etre persévérant et motivé dans l'apprentissage de gestes techniques.

[Retour sommaire](#)

Illustration 1 de la CMS 3 : Demi-fond Niveau 1

Rappel de la compétence visée :

« Se mettre en projet » et plus particulièrement « choisir son projet et le faire évoluer en comparant, avec méthode, les résultats transmis et les sensations éprouvées »

Démarche d'enseignement : donner à chaque séance des éléments objectifs permettant à l'élève de connaître ses résultats, les comparer avec ses sensations pour progressivement être en mesure d'annoncer un projet.

Après une séance test sur la VMA, travail sur des séries 18-18 à 110% VMA, une 2^e et 3^e séance sur des séries 36-24 à 100% VMA qui ont permis aux élèves et au professeur de vérifier la validité de la VMA sur des distances individualisées, cette 4^e séance vise à faire rentrer l'élève véritablement dans la « mise en projet ».

A partir donc d'une VMA identifiée, faire 8 séries de 1'30 à 95% de sa VMA avec un repos de 3' entre chaque série. Piste balisée tous les 25m. Le coureur compte les plots franchis, le nombre de plots franchis lui donne sa vitesse, à la fin de chaque série il marque sur sa feuille d'observation sa vitesse. Il est ainsi en mesure d'élaborer un projet de performance à partir de la vitesse moyenne des différentes séries. La 5^e séance sera construite sur le même schéma avec 5 séries de 3' à 95% de VMA sur une piste balisée tous les 50m, ce qui permet à l'élève de connaître sa vitesse à partir du nombre de plots franchis. La 6^e séance portera sur 3 séries de 6' à 90% de sa VMA avec un signal intermédiaire à 3' ce qui permet au coureur d'avoir sa vitesse de 0 à 3' et de 3' à 6'.

Ainsi la CMS 3 participe et facilite le développement de la CP1 sans perte de temps.

Remarque : évaluation finale sur un enchaînement de trois courses de 3', 6' et 3' à un % élevé de sa VMA avec annonce de son projet de course.

[Retour sommaire](#)

Illustration 2 de la CMS 3 : Badminton Niveau 2 (après 20h)

Séquence d'apprentissage avec deux séries de matchs en 2 sets gagnants contre 2 adversaires différents ; 1 observateur pour chaque joueur.

Cette séquence sera reprise sur plusieurs séances pour construire un véritable projet en fonction de tel ou tel adversaire.

FICHE D'OBSERVATION :

Fiche individuelle : NOM : Prénom :

Codage: dégagé = D ; amorti = A ; contre-amorti = CA ; smash = Sm ; service long = SL ; service court = SC ; revers au fond = RF ; lob = L

Date : 9/03/10 Match contre : Arnaud Résultat : victoire 11/5		Date : 9/03/10 Match contre : Maxime Résultat : défaite 8/11	
J'ai marqué sur ou je l'ai mis en difficulté sur...	J'ai perdu sur ou j'ai été mis en difficulté sur...	J'ai marqué sur ou je l'ai mis en difficulté sur...	J'ai perdu sur ou j'ai été mis en difficulté sur...
A/ SL/ CA/ A/ SL/ CA/ D/D/ A/A/CA	Sm/ Sm/ SC/ Sm/SC	D/L/RF/D/D/RF/L/RF	CA/ SC/ CA/ A/A/ CA/ SC/ CA/RF/A/CA
Points faibles adverses : <i>Se fatigue rapidement</i>	Points forts adverses : <i>Smashs puissants</i>	Points faibles adverses : <i>Les coups au fond du court et surtout le revers</i>	Points forts adverses : <i>Jeu au filet (CA)</i>
Projet tactique envisagé au 2 ^e set : <i>Faire durer l'échange et faire jouer aux 4 coins Attention à ses services courts</i>		Projet tactique envisagé au 2 ^e set : <i>Le repousser au fond en particulier sur son revers, rester près filet après A ou CA</i>	

Exemple d'analyse et de projet tactique (*en italiques*) fait pendant la pause à l'issue d'un 1er set contre deux adversaires différents. Encore une fois le travail sur la CMS participe et facilite le développement de la CP sans perte de temps.

[Retour sommaire](#)

CMS 4 : Se connaître, se préparer, se préserver

	Sous-compétences	Niveau 1	Niveau 2
CP1 Réaliser une performance maximale mesurable à une échéance donnée.	1. Se connaître , par la régulation et la gestion de ses ressources et de son engagement, prendre en compte ses potentialités, maîtriser des émotions, apprécier les effets de l'activité physique sur le corps humain	<ul style="list-style-type: none"> • Connaître son niveau. • Apprécier les effets immédiats positifs ou négatifs de l'activité physique sur le corps humain (Natation longue, ½ fond) • Être volontaire (Natation longue, ½ fond) 	<ul style="list-style-type: none"> • Être à l'écoute de repères sur soi révélateurs des placements de l'engin (lancers). • Échanger avec son observateur pour améliorer ses performances.
	2. se préparer , en sachant s'échauffer, en identifiant les facteurs de risque,	<ul style="list-style-type: none"> • S'échauffer à partir de l'entrée dans l'activité en étant encadré (athlétisme) • Connaître et respecter les règles de sécurité. 	<ul style="list-style-type: none"> • S'échauffer de manière autonome dans le cadre donné par l'enseignant: général, mobilisation articulaire, spécifique, étirements • Utiliser correctement le matériel (haies, engins de lancer, matériel aquatique...) • S'engager dans une réelle activité de recherche de performance et accepter de prendre des risques (course de haies) • Identifier les risques liés à l'activité (Natation, lancer) et y être en permanence attentif.
	3. se préserver en récupérant d'un effort, en prenant des décisions adaptées en s'appropriant des principes de santé et d'hygiène de vie.	<ul style="list-style-type: none"> • Savoir communiquer à l'enseignant les sensations liées à l'effort. • Respecter les règles de sécurité et d'hygiène relatives au milieu aquatique. 	<ul style="list-style-type: none"> • Adapter son volume ou son intensité de travail en fonction de son ressenti. • Récupérer d'un effort (footing léger ou nage facile et étirements)
Illustrations	Multi-activités athlétiques	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Impliquer les élèves dans le recueil d'indices leur permettant de se situer.</i> <i>Course de haies: 1 élément parmi:</i> <i> pied d'impulsion (PI)</i> <i> distance PI / haie</i> <i> nombre d'appuis pair ou impair dans la course inter-obstacles</i> <i> nombre d'appuis</i> • <i>Pour l'observateur, pouvoir, dans une prise de performance en lancers noter le point de chute de l'engin sans encourir de risques. Mais aussi savoir se placer de façon sécuritaire pour observer et communiquer des informations fiables.</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Réaliser dans le cadre donné par le professeur l'échauffement en relative autonomie.(ordre et durée des 4 parties(général, mobilisation articulaire, spécifique, étirements), connaissances physiologiques et anatomiques élémentaires...)</i> • <i>Être capable de faire une récupération adaptée au triathlon et notamment axée sur les mollets (footing léger et étirements de récupération).</i>

CMS 4 : Se connaître, se préparer, se préserver

	Sous-compétences	Niveau 1	Niveau 2
CP2 Se déplacer en s'adaptant à des environnements variés et incertains.	1. Se connaître , par la régulation et la gestion de ses ressources et de son engagement, prendre en compte ses potentialités, maîtriser des émotions, apprécier les effets de l'activité physique sur le corps humain,	<ul style="list-style-type: none"> • Connaître son niveau • Maîtriser ses émotions, oser s'engager seul dans un milieu connu, à 2 ou 3 dans un milieu peu connu en C.O., arriver à se raisonner dans des situations de hauteur ou fortes émotionnellement (escalade). 	<ul style="list-style-type: none"> • Prendre conscience de ses difficultés pour les surmonter. • Maîtriser ses émotions pour qu'elles ne perturbent pas la pratique: oser s'engager seul dans un milieu délimité et moins connu (C.O).
	2. se préparer , en sachant s'échauffer, en identifiant les facteurs de risque,	<ul style="list-style-type: none"> • S'échauffer à partir de l'entrée dans l'activité en étant encadré • Connaître les risques liés à la situation (escalade, Canoë-kayak) • Préparer, encadré par le professeur, l'équipement et le matériel et l'utiliser correctement. • Respecter les consignes de sécurité (zone d'évolution, horaires...) • Se préparer en se concentrant en vérifiant son matériel et celui de ses partenaires (escalade). 	<ul style="list-style-type: none"> • S'échauffer de manière autonome : général, mobilisation articulaire, spécifique, étirements • Adapter son volume ou son intensité de travail en fonction de son ressenti • Préparer l'équipement et le matériel et l'utiliser correctement (escalade). • Conserver sa lucidité par rapport à ses possibilités et gérer le couple risque/sécurité (escalade). • Être autonome par rapport aux décisions liées à la sécurité dans les situations appropriées (escalade, travail en ateliers)
	3. se préserver en récupérant d'un effort, en prenant des décisions adaptées en s'appropriant des principes de santé et d'hygiène de vie.	<ul style="list-style-type: none"> • Adapter l'intensité du travail sur conseil du professeur (C.O) • Maîtriser la réalisation d'étirements de récupération proposés par le professeur 	<ul style="list-style-type: none"> • Adapter son volume ou son intensité de travail en fonction de son ressenti (C.O). • Récupérer d'un effort, footing léger et étirements (C.O.)
Illustrations	C.O.	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Reconnaître l'ensemble de la zone de travail (carte et réalité). Y respecter les consignes et évoluer par 2 sans crainte. Préparation: savoir placer une balise au bon endroit en respectant les consignes. Évaluer les distances et le rythme de course à adopter (ne pas finir en marchant...).</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Être capable de s'engager seul dans la zone de travail, pour cela: reconnaître la zone d'évolution, savoir se situer, élaborer un projet de déplacement, et ce sur la carte et le terrain</i> • <i>Modifier son rythme selon le terrain, son état de fatigue.</i>

[Retour sommaire](#)

CMS 4 : Se connaître, se préparer, se préserver

	Sous-compétences	Niveau 1	Niveau 2
CP3 Réaliser une prestation à visée artistique ou acrobatique	1. Se connaître , par la régulation et la gestion de ses ressources et de son engagement, prendre en compte ses potentialités, maîtriser des émotions, apprécier les effets de l'activité physique sur le corps humain,	<ul style="list-style-type: none"> • Connaître son niveau (Gymnastique, Acrosport) • Persévérer dans son apprentissage (Aérobic, Arts du cirque) • Maîtriser ses émotions pour se confronter au regard des autres. 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconnaître ses capacités, ses aptitudes pour les mobiliser pour les mettre au service du groupe (acrosport, arts du cirque) • Maîtriser ses émotions pour faciliter la réussite de sa prestation.
	2. se préparer , en sachant s'échauffer, en identifiant les facteurs de risque,	<ul style="list-style-type: none"> • S'échauffer à partir de l'entrée dans l'activité en étant encadré • Respecter les règles de sécurité et être vigilant sur les risques encourus. (Gymnastique sportive). • Utiliser correctement le matériel (Arts du cirque, gymnastique...). 	<ul style="list-style-type: none"> • S'échauffer de manière autonome : général, mobilisation articulaire, spécifique, étirements. • Reconnaître la difficulté relative à la situation et s'y engager en mesurant les risques (Equilibre et acrobatie en Arts du cirque). • Adopter une attitude réfléchie pour gérer au mieux le couple risque/sécurité (Acrosport, gymnastique sportive)
	3. se préserver en récupérant d'un effort, en prenant des décisions adaptées en s'appropriant des principes de santé et d'hygiène de vie.	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir les figures acrobatiques adaptées à ses ressources 	<ul style="list-style-type: none"> • Choisir des figures acrobatiques adaptées aux potentialités du groupe
Illustrations	Arts du cirque	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Pour chaque atelier être capable d'identifier le niveau de départ et le niveau atteint à mi-cycle puis en fin de cycle ex: de « je lance une balle peut-être 2 » à « je jongle à 3 balles » ou encore de « je tente de faire tourner le diabolo » à « je lance et rattrape le diabolo » -->fiche individuelle</i> • <i>Dans la jonglerie à 3 balles, persister malgré les chutes de balles jusqu'à la réussite. Accepter de passer le temps nécessaire pour stabiliser les apprentissages.</i> 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Rechercher des situations innovantes dans le respect des règles de sécurité.</i> • <i>Faire un enchaînement sans « rire » et en restant concentré (gestion stress).</i> • <i>Savoir se placer comme pareur ou demander une parade dans une situation acrobatique.</i>

[Retour sommaire](#)

CMS 4 : Se connaître, se préparer, se préserver

	Sous-compétences	Niveau 1	Niveau 2
CP4 Conduire et maîtriser un affrontement individuel ou collectif.	1. Se connaître , par la régulation et la gestion de ses ressources et de son engagement, prendre en compte ses potentialités, maîtriser des émotions, apprécier les effets de l'activité physique sur le corps humain,	<ul style="list-style-type: none"> • Connaître son niveau (sports de raquettes) • Persévérer dans son apprentissage • Maîtriser ses émotions et actions liées à la confrontation (Boxe française, lutte). • Ne pas se décourager même lorsque le score est défavorable. 	<ul style="list-style-type: none"> • Reconnaître ses capacités, ses aptitudes pour les mobiliser • Maîtriser ses émotions pour qu'elles ne perturbent pas la pratique: dans toutes les situations.
	2. se préparer , en sachant s'échauffer, en identifiant les facteurs de risque,	<ul style="list-style-type: none"> • S'échauffer à partir de l'entrée dans l'activité en étant encadré • Connaître les risques liés à la situation (combat : articulations, étranglements...) 	<ul style="list-style-type: none"> • S'échauffer de manière autonome : général, mobilisation articulaire, spécifique, étirements • Oser prendre des risques pour progresser même si cela peut entraîner la perte du point ou au contraire savoir attendre un volant ou une balle favorable pour marquer le point (badminton, tennis de table).
	3. se préserver en récupérant d'un effort, en prenant des décisions adaptées en s'appropriant des principes de santé et d'hygiène de vie.	<ul style="list-style-type: none"> • Adapter l'intensité de travail en se plaçant dans une zone et non sur toute la surface de jeu. 	<ul style="list-style-type: none"> • Adapter le travail d'équipe afin de contrôler l'intensité de l'engagement (Placement collectif en sports collectifs). • Alternier phases de récupération et d'attaque (Sports de combat).
Illustrations	Rugby	<ul style="list-style-type: none"> • Ne pas fuir le contact en situation de 1 contre 1 dans une opposition équilibrée • Connaître et appliquer les règles de sécurité (plaquage, cravate, ne pas pousser...) • Accepter de se faire attraper, de garder le ballon malgré les défenseurs (ne pas s'en débarrasser). 	<ul style="list-style-type: none"> • Dans une situation de « jeu réduit », prendre un risque calculé, se placer en conséquence et commenter à posteriori son action, son comportement et son résultat. En situation d'attaquant puis de défenseur: Par exemple, dans un 2 contre 1, prendre le risque pour un défenseur de faire croire au porteur de balle qu'il doit donner son ballon (grâce à son placement)et défendre sur son partenaire.

DES PISTES POUR UNE EVALUATION DES CMS

Le travail réalisé a montré que les CMS sont enseignables, opérationnalisables et doivent donc être évaluées et notées.

En effet, cette évaluation doit répondre à différents enjeux :

- répondre à une exigence institutionnelle : toute évaluation doit être contextualisée par rapport à des textes de référence : les programmes, la loi d'orientation et d'avenir pour l'école de 2005, le texte de 1987 régissant l'évaluation au brevet des collèges (toujours en vigueur et proposant une répartition des points en 2/3 de maîtrise et performance et 1/3 de connaissances, investissement, progrès).

En relation avec ce texte, et en l'attente de la parution d'un nouveau cadre d'évaluation, nous proposons d'évaluer les CMS pour 1/3 de la note finale.

- assurer la cohérence de la démarche de l'équipe pédagogique par rapport au projet de formation de l'élève
- donner du sens à l'enseignement des CMS pour l'élève et les parents : importance de la note dans le système éducatif français, outil favorisant les progrès moteurs des élèves

A partir des **choix éducatifs** opérés par chaque équipe pédagogique, il s'agit de définir des **critères** par niveau de classe permettant l'évaluation des CMS.

Nous vous proposons donc une [grille d'évaluation](#) reprenant les différents critères des CMS.

A nouveau cette grille doit être adaptée aux différents contextes d'enseignement et doit faire l'objet de choix (niveau de classe, profil des élèves, APSA...)

[Retour sommaire](#)

