

Mise en oeuvre d'un cahier de l'élève en EPS

Commission EPS 55 Mars 2017 

Sommaire

- Introduction
- Objectifs
- Fonctions du cahier EPS
- Mise en oeuvre
- Propositions d'organisations
- Conclusion



Introduction

Préalables à la mise en oeuvre :

- Une programmation EPS de cycle, voire d'école, en conformité avec les programmes
- Un support uniformisé pour un cycle



Introduction

Les acquisitions visées en éducation physique et sportive opérationnalisent, dans le champ de la motricité, cinq compétences générales qui contribuent aux cinq domaines du socle commun de connaissances, de compétences et de culture.

Pour développer ces cinq compétences, l'EPS propose à tous les élèves un parcours de formation constitué de quatre champs d'apprentissage complémentaires.

Si l'EPS vise en priorité l'aspect moteur du développement des élèves, l'un de ses objectifs est également de permettre des croisements disciplinaires et de contribuer au développement des compétences qui relèvent des cinq domaines du socle.



Introduction

Objectifs

- Analyser des pratiques et des performances
- S'évaluer et mesurer ses progrès
- Enrichir et donner du sens aux apprentissages
- Assurer une continuité dans son parcours d'élève
- Communiquer



Fonctions du cahier EPS

- Mémoire du vécu de l'élève
- Enrichissement des apprentissages
- Aide à l'évaluation
- Témoignage de l'interdisciplinarité construite autour de l'EPS en travaillant avec les autres disciplines
- Communication

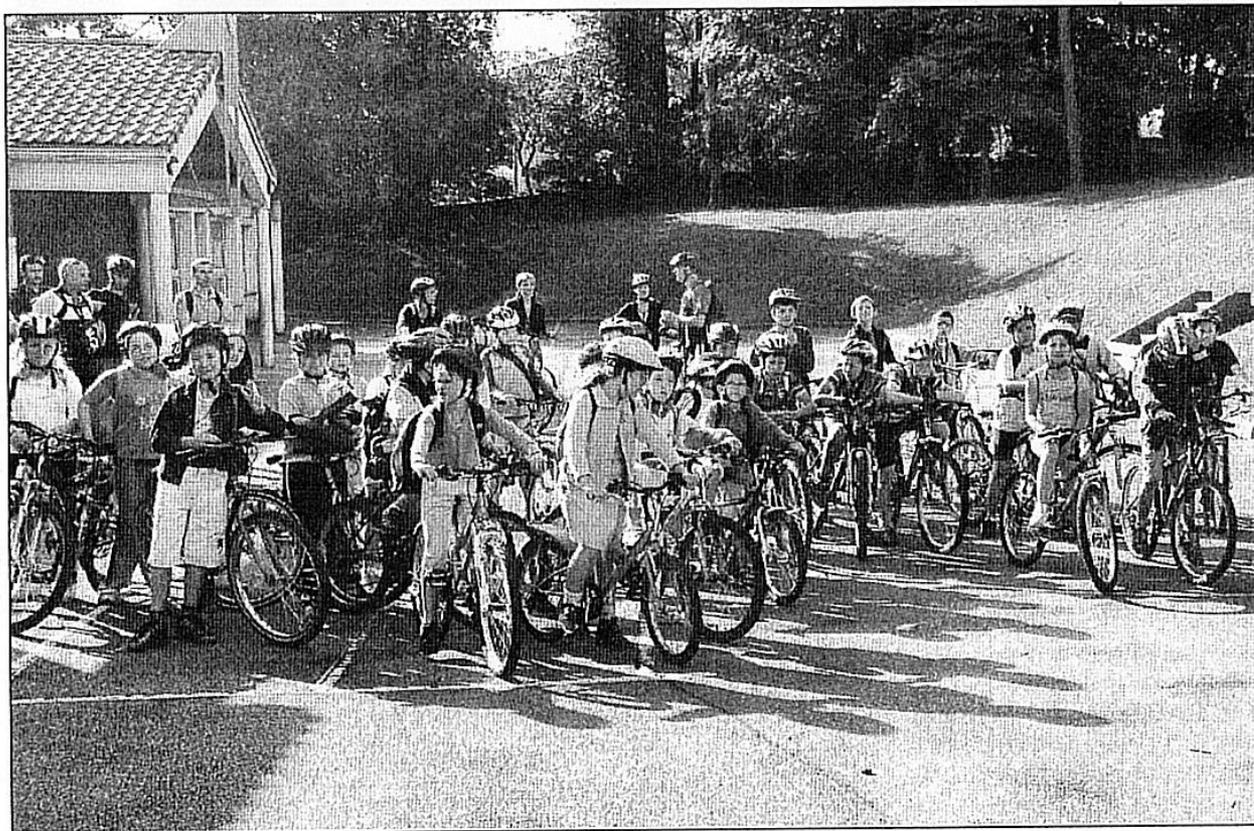


Sur le long chemin des moines

Trente kilomètres de VTT au compteur des CE2, CM1 et CM2 de l'école élémentaire des Avrils, une bien belle journée sportive pour les petits Sammiellois, qui encadrés par l'équipe éducative et les parents d'élèves ont sillonné le val de Marsoupe en direction de la Fontaine des Carmes.

Ils ont ainsi suivi le chemin parcouru bien avant eux par les moines de Saint-Christophe et découvert la magnifique forêt domaniale, après s'être restaurés autour des sources qui jaillissent dans ce petit havre de verdure.

Cette journée vélo, la seconde de l'année scolaire, fut un grand succès. Aucun incident à déplorer, mais des souvenirs dans la tête. Samedi prochain, ce sera la fête aux Avrils avec la mini-kermesse des écoles primaire et maternelle.



Très belle balade de trente kilomètres pour les écoliers.

Fonction : Mémoire du vécu de l'élève



Fonction : Mémoire du vécu de l'élève

Course d'endurance

Le mardi 18 décembre, nous sommes allés courir soutenir l'action Téléthon est organisé pour recueillir de l'argent pour aider la recherche médicale.



Fonction : Enrichissement des apprentissages

Le saut en longueur

Le joueur s'élançe, il court très vite puis prend son appel avec son pied d'appel (le droit ou le gauche) et il saute le plus loin possible.

COURSE d'élan

planche
d'appel

fosse à sauter



Fonction : Enrichissement des apprentissages

Vitesse



Vite
essoufflé

Endurance



Réspiration

Aisée



Fonction : Enrichissement des apprentissages

ULTIMATE

Matériel : 1 frisbee

Cônes ou coupelles

Deux chasubles de couleurs différentes

Ce jeu se joue sur un terrain de 1
avec un frisbee à la main. Il faut
faire des passes et pour avoir un poi
il faut donner le frisbee au capitain
Pour avoir le frisbee, il faut le touche
avec le pied.



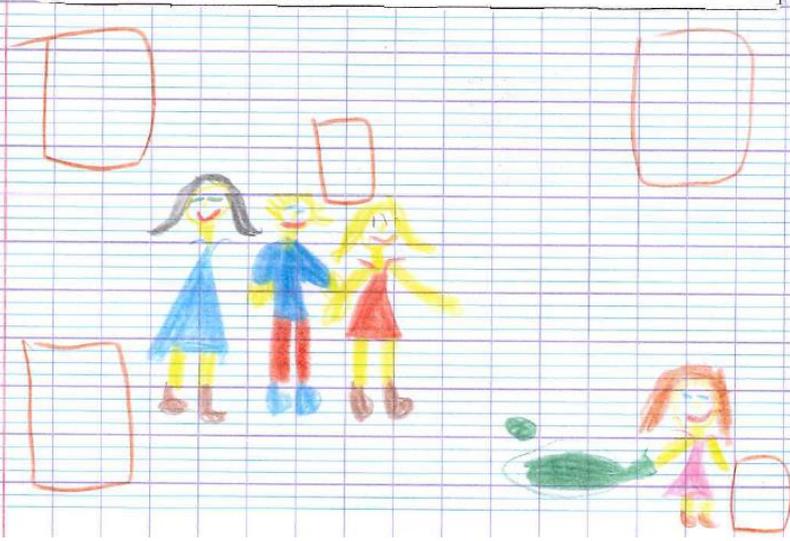
Fonction : Enrichissement des apprentissages

BONKERBALL

Matériel : 6 battes de couleurs différentes
6 balles de couleurs différentes / 2 x 6 cônes de couleurs différentes
6 jeux de chasubles de couleurs différentes / 6 jeux de coupelles de couleurs différentes / Chronomètre

Règle du jeu :

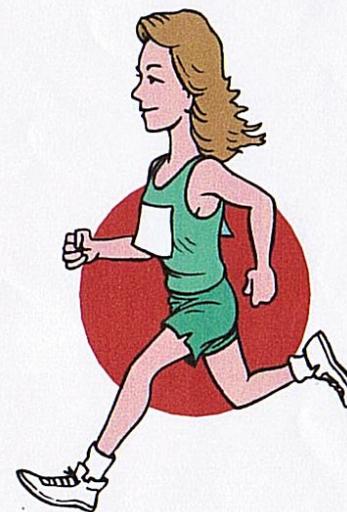
Le batteur lance la balle et la frappe avec la batte.
Il court avec la batte en mains (s'il la laisse tomber, il doit la ramasser) et gagne l'autre extrémité du terrain, passe derrière le cône orange et revient au point de départ (cône jaune).
Pendant ce temps, les joueurs de champs doivent récupérer la balle et par passes successives, la ramener au lanceur.
Tous les joueurs de champs (extérieur et intérieur) doivent avoir obligatoirement touché la balle avant de la donner au lanceur.
Celui-ci l'envoie au receveur qui la dépose sur le cône (jaune).
Si le batteur dépasse le cône (jaune) avant que la balle ne soit posée sur celui-ci, il marque un point, si c'est l'inverse, le point n'est pas comptabilisé.
Dans les 2 cas, après chaque tour, les joueurs changent de place, un autre joueur doit « batter ». Tous les joueurs « battent » à leur tour, toujours dans le même ordre.



ECOLE PRIMAIRE DES AVRILS

DIPLOME DE SPORT D'ENDURANCE

CROSS 2008
CROSS 2008



Les enseignants de l'école primaire des Avrils certifient
que..... a parcouru

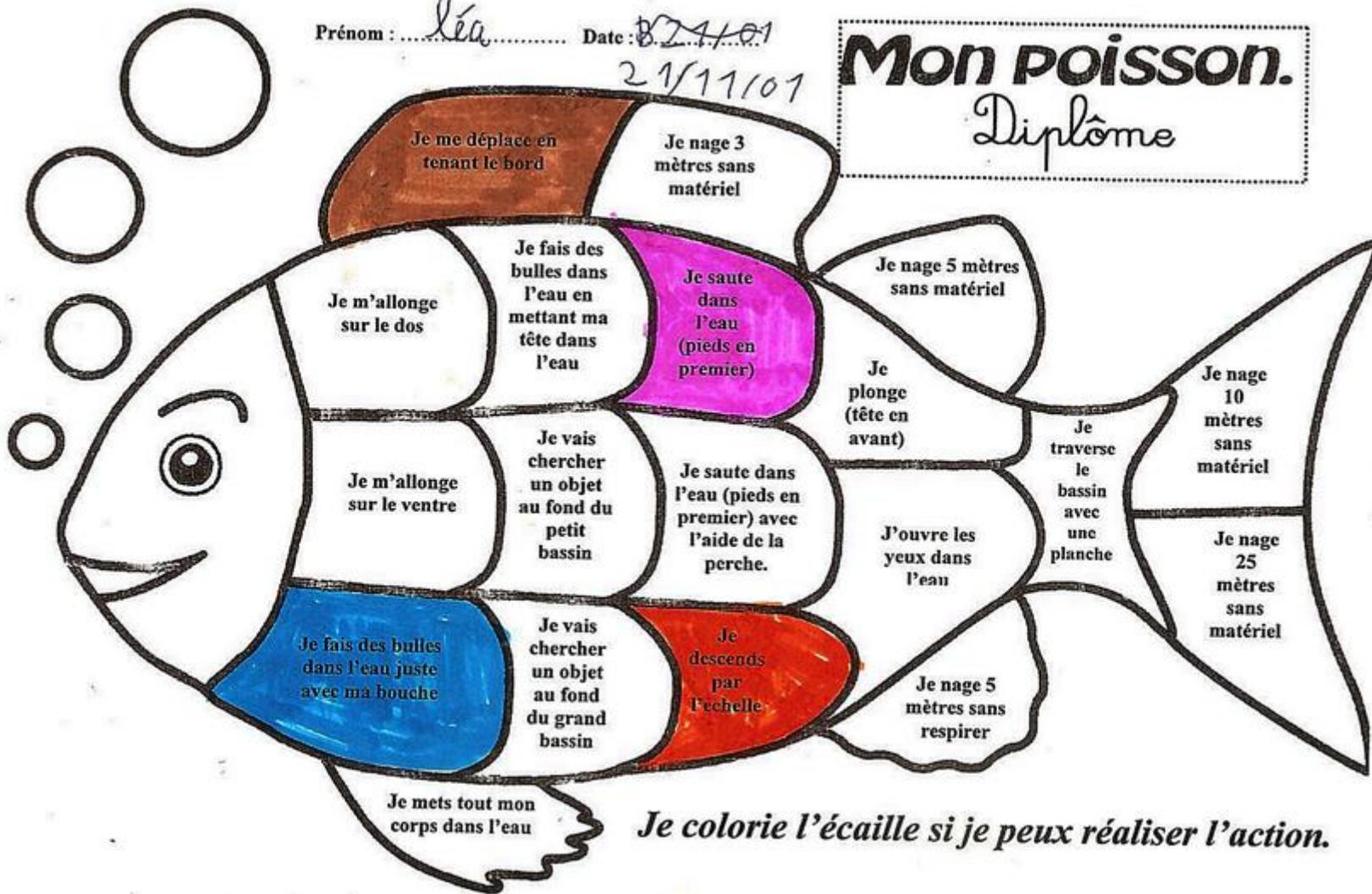
Signature du juge :

Signature du sportif :

Fonction : Aide à l'évaluation

Prénom : Léa Date : 27/1/01
29/1/01

Mon poisson.
Diplôme

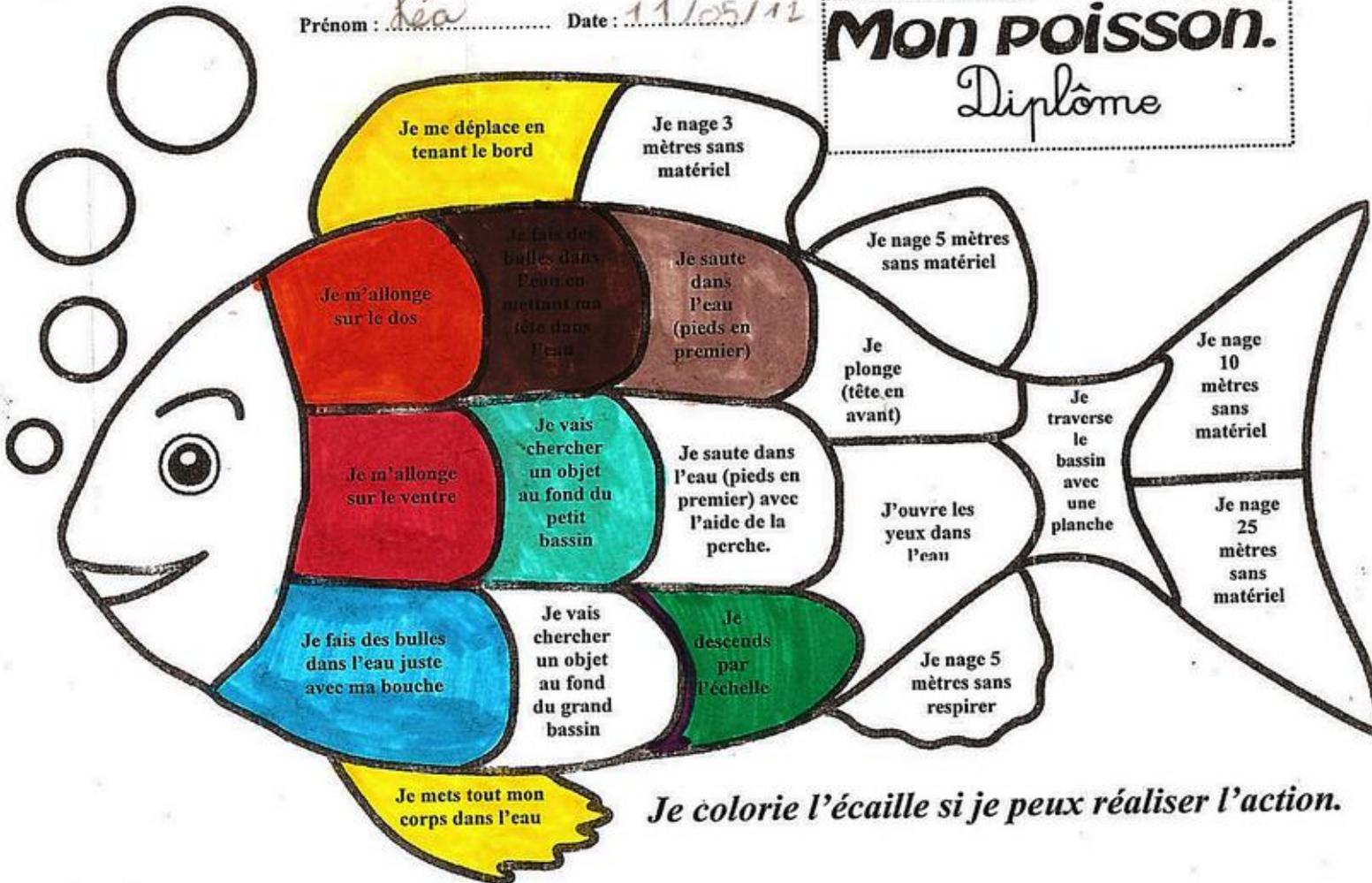


Je colorie l'écaille si je peux réaliser l'action.

Fonction : Aide à l'évaluation

Prénom : Léa Date : 11/05/12

Mon poisson. Diplôme



Je colorie l'écaille si je peux réaliser l'action.



Fonction : Travailler les autres disciplines avec le cahier d'EPS

Jeudi 25 octobre 2012.

Clément

E P S

Tu es chef d'équipe et tu choisis un élève qui a plus de difficultés que toi en EPS. Un autre coéquipier te reproche ton choix. Que pourrais-tu lui dire pour le convaincre qu'il a tort ?

A - J'ai pris un élève faible pour qu'on lui apprenne à devenir plus fort.

B - Mais non ça sert à rien moi je veux tous les forts.

A - Que mais si on ne lui apprend rien il sera faible toute la vie.

B - Après on va perdre.

A - Si on perd c'est pas grave, le tout c'est de jouer. Et comme ça il va s'améliorer.

B - C'est vrai si il devient fort on sera plus fort et après on gagnera tous les matchs.

Fonction : Travailler les autres disciplines avec le cahier d'EPS



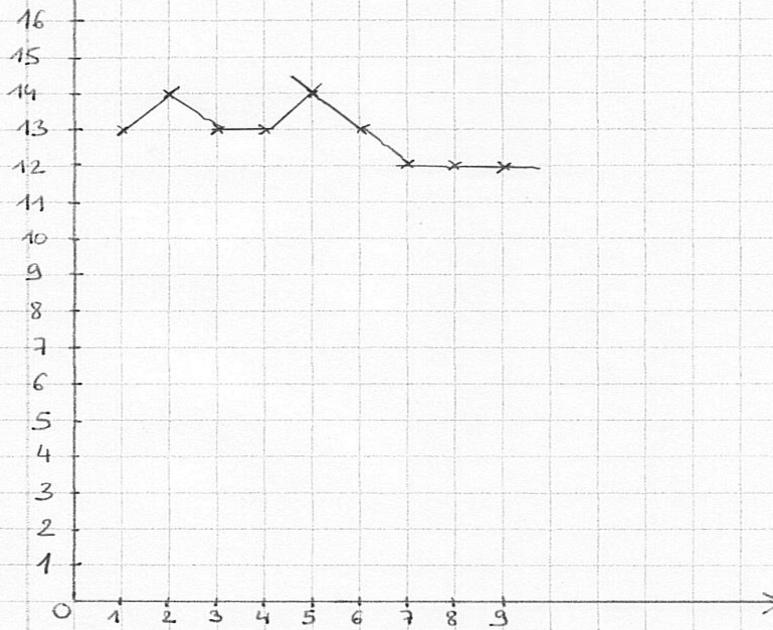
Fonction : Travailler les autres disciplines avec le cahier d'EPS

Nathanâël

Construire un graphique :

Courses en E.P.S

plot
atteint



numéro de
la course

Je n'ai pas été régulier. A la fin j'étais fatigué et j'étais



Fonction : Travailler les autres disciplines avec le cahier d'EPS



À chaque handicap sa pratique sportive

Comme tout citoyen, une personne handicapée a le droit de faire du sport si elle en a envie.

Et contrairement aux idées reçues, il est rare qu'elle ne soit pas capable d'en faire. Il faut bien sûr demander conseil à son médecin, mais chaque personne ou presque peut trouver un sport adapté à son handicap. Les bienfaits sont nombreux : le sport est

bon pour le moral, le développement des muscles, l'autonomie...

Foot en fauteuil

En fauteuil roulant, on peut faire du basket, du foot ou de l'escrime. Les déficients visuels peuvent pratiquer le judo, la natation ou l'athlétisme. Le tir ou le karting sont accessibles aux grands handicapés.



Fonction : Travailler les autres disciplines avec le cahier d'EPS

INTERVIEW



ASSIA EL HANNOUNI, 23 ANS, ATHLÈTE FRANÇAISE

« Quelle que soit votre différence, lancez-vous ! »

Athlète malvoyante, Assia El Hannouni a remporté 4 médailles d'or aux jeux Paralympiques d'Athènes, en septembre.

4 fois l'or - «Je m'étais fixé l'objectif de décrocher l'or sur 400 et 800 m. Sur 200 m, je visais le podium. Et le 100 m, c'était juste pour m'amuser ! Ces 2 médailles d'or-là ont donc été des surprises.»

Aussi rapide que les valides - «Sur 400 m, mon temps (53 s 67) me place parmi les 5 meilleures Françaises valides. Cela m'a vraiment étonnée. Sur 800 m, c'est plus normal, car je fais souvent des courses avec des valides. Sur cette distance, je peux courir sans guide. J'aime bien leur montrer que mon handicap visuel ne m'empêche pas d'être à leur hauteur. Mais que je coure avec des athlètes valides ou handicapés, ma motivation reste la même.»

Guide - «Son rôle est de me mettre en confiance. Il faut une grande complicité. Je travaille avec Guy Mormin



Assia El Hannouni avec son guide Guy Mormin. Elle vient de remporter la médaille d'or sur 100 m, aux 12^{es} jeux Paralympiques, en Grèce.

depuis juillet dernier. Une amitié s'est créée tout de suite.»

Enfance - «J'aimais déjà le sport quand j'étais petite. Mais c'est quand mon handicap est apparu, à l'âge de 16 ans, que je me suis vraiment investie. Le sport m'a aidée à surmonter mon handicap.»

Symbole - «C'est toujours flatteur à entendre, mais je ne suis pas un exemple. J'ai travaillé comme tous les autres athlètes handisport. Mon message, c'est juste : arrêtez de vous poser des questions. Quelle que soit votre différence, lancez-vous, que ce soit dans le sport, la chanson ou la comédie !»

Entretien réalisé par F. Chapoton

Fonction : Travailler les autres disciplines avec le cahier d'EPS

LE HANDICAP ET LE SPORT (CM2)

A) Avant de répondre aux questions 1 à 13, écris le numéro de textes où tu as cherché les réponses aux questions.

Texte 1 : interview d'Assia El Hannouni.

Texte 2 : le sport, pour aller vers les autres.

Texte 3 : À chaque handicap sa pratique sportive.

B) Réponds aux questions.

- 1) Quel est le handicap de l'athlète française Assia El Announi ? (texte n°.....)
- 2) Pourquoi Assia El Announi fut-elle plus surprise de ses médailles d'or sur 100 et 200m que celles sur 400m et 800m ? (texte n°.....)
- 3) Que doit faire chaque personne, valide ou handicapée, avant de commencer la pratique d'un sport ? (texte n°.....)
- 4) Quelle est la condition pour pratiquer le football quand on est handicapé ? (texte n°.....)
- 5) Les coureurs malvoyants ont-ils toujours un guide ? Justifie ta réponse en soulignant une phrase du texte. (texte n°.....)
- 6) Qui est Guy Mormin ? (texte n°.....)
- 7) Qu'a organisé l'UNSS (Union Nationale du Sport Scolaire) pour que les handicapés ne se sentent pas rejetés ? (texte n°.....)
- 8) Quels sports les personnes ayant un handicap visuel peuvent-elles pratiquer ? (texte n°.....)
- 9) Pourquoi Assia El Announi dit-elles aux personnes handicapées : « quelle que soit votre différence, lancez-vous. » ? D'après toi et ce message, comment certains handicapés se sentent-ils dans notre société ? (texte n°.....)
- 10) Pourquoi mélanger les valides et les handicapés n'est-il pas suffisant ? (texte n°.....)
- 11) Assia El Announi est aveugle de naissance. VRAI FAUX Recopie un élément du texte pour justifier ta réponse. (texte n°.....)
- 12) Qu'apporte le sport à chacun ? (texte n°.....)
- 13) Que permet l'intégration d'athlètes handicapés avec les valides ? (texte n°.....)



Fonction : Travailler les autres disciplines avec le cahier d'EPS

Profitez pleinement de l'Aquadrome

Tenue

Nous ne pouvons accepter les bermudas et boxer-short à la piscine. Merci.

Hygiène

Savonnez-vous et prenez une douche avant d'accéder aux bassins. La santé de tous en dépend.

Détente

Verdun Aquadrome a été conçu pour votre détente. Respectez les règles, ne craquez pas et soyez courtois avec tous.

Sécurité

Une glissade ou une mauvaise chute sont vite arrivées. Ne courez pas autour des bassins.



Verdun Aquadrome
PISCINES & BIEN-ÊTRE

Rue du 8 Mai - 55100 VERDUN

Horaires d'ouverture

lundi	7h30-22h00
mardi	7h30-22h00
mercredi	7h30-22h00
jeudi	7h30-22h00
vendredi	7h30-22h00
samedi	8h00-22h00
dimanche	9h00-12h00 / 14h00-18h00

Tarifs

ou 1er juillet 2009

	Codecom obligatoire	Justificatif	Hors Codecom
Adulte baigneur	2,90 €		3,30 €
Abonnement 10 entrées (adulte)	20,00 €		25,00 €
Enfant (3 à 5 ans)	1,00 €		1,50 €
Abonnement 10 entrées enfant (3 à 5 ans)	7,00 €		12,00 €
Enfant (6 à 17 ans)	1,80 €		2,10 €
Abonnement 10 entrées (enfant)	10,00 €		15,00 €
Spectateur adulte	1,30 €		1,50 €
Spectateur enfant	0,40 €		0,50 €
Location de ceinture ou planche	0,40 €		0,60 €
Espace détente (heure sauna, hammam, jacuzzi avec accès aux bassins)	4,90 €		7,00 €
Abonnement 10 entrées Espace détente	40,00 €		60,00 €
Leçon de natation (45 min)	13,00 €		18,00 €
Abonnement 10 leçons	104,00 €		144,00 €

Cours collectifs de natation, aquagym, aquapilobie, aquasénior : nous consulter.

Renseignements

03 29 86 15 62



Verdun Aquadrome
PISCINES & BIEN-ÊTRE

Bassin sportif - Bassin de jeux - Toboggan - Paludarium - Plages
Sauna - Hammam - Jardin zen - Remise en forme - Détente

Fonctions du cahier EPS

- **Une fonction de communication**
 - pour les autres enseignants,
 - pour les autres élèves,
 - pour les parents.



Mise en oeuvre

- **Avant la séance :**
 - Rappeler des situations vécues
 - Se projeter dans la séance à venir
 - Anticiper ses actions
 - Optimiser différents éléments (rôles des élèves, matériel, consignes, critères de réalisation, de réussite...)
 - Définir les règles de sécurité



Mise en oeuvre : avant la séance

Équipes

- 1) Loan, Théo H, Damien, Youness, Lily
- 2) Carlyne, ~~Ilona~~, Typhaine, Chaimae
- 3) Gautier, Sullivan, Yassmina, Ella, Anne Sophie
- 4) Jérémie, Théo N, Paul, Virginie, Lou
- 5) Kévin, Lauryne, Sakina, ~~Enzo~~
- 6) Dévy, Nathan, Oscar, Nawel

Mise en oeuvre : avant la séance

Observation en expression corporelle : tourner

	Respect des contraintes			Espace		Corps				Temps		Impression générale	
	Individuelle	Duo en écho	Groupe	Occupation de l'espace	Directions variées	Pas variés	Amplitude	Equilibre	Détente	Rythme adapté à la musique	Énergie/dynamisme	Esthétique	Coordination / enchaînement
G1													
G2													
G3													
G4													
G5													
G6													
3=TB 2=B 1=M													

Répartition des tâches.					
Passage	Respect des contraintes	Espace	Corps	Temps	Impression générale
G1	G2	G3	G4	G5	G6
G6	G1	G2	G3	G4	G5
G5	G6	G1	G2	G3	G4
G4	G5	G6	G1	G2	G3
G3	G4	G5	G6	G1	G2
G2	G3	G4	G5	G6	G1
G1 Maxime Cléa Sandy Laurine H.			G2 Kéya Linsey Théo Elory		
G3 Quentin Laurine D. Clément Clara			G4 Naïs Augustin Célia Antonin		
G5 Tristan Angélique Lorraine			G6 Alexane Mathys Léonie		



Mise en oeuvre : avant la séance

Fiche d'aide à l'organisation TOURNOI FUTSAL A 4 EQUIPES

A: Jaune B: Rouge C: Bleue D: /

	MATCHS		SCORES (entourer la lettre de l'équipe qui a gagné)		ARBITRAGE	FAUTES COLLECTIVES
	A - B		A - B		C	D
Buts			0 - 0			
Fautes	///		3 - 2			
	C - D		C - D		A	B
Buts			-			
Fautes			-			
	B - C		B - C		DA	A
Buts	I		1 - 0			
Fautes	///	I	4 - 1			
	D - A		D - A		B	C
Buts			-			
Fautes			-			
	B - D		B - D		C	A
Buts			-			
Fautes			-			
	A - C		A - C		B	D
Buts	#I	I	1 - 0			
Fautes	I	///	1 - 3			

CLASSEMENT

Equipe	Nombre de points gagné 4 points; nul 2 points; perdu 1 point	Equipe	Nombre de fautes collectives par match	PLACE
A	2 + 4 + ... + ... = 6	A	3 + 1 + ... + ... = 4	1
B	2 + 4 + ... + ... = 6	B	2 + 4 + ... + ... = 6	2
C	1 + 1 + ... + ... = 2	C	3 + 1 + ... + ... = 4	3
D	... + ... + ... + ... =	D	... + ... + ... + ... =	



Mise en oeuvre : avant la séance

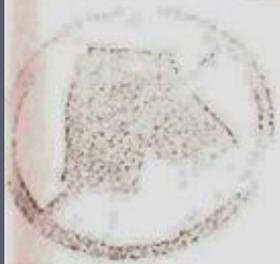


LES COMMANDEMENTS **DU CYCLISTE**

- **RESPECTER LES DISTANCES DE SECURITE**
- **PREVENIR EN CAS D'ARRET POUR EVITER LES COLLISIONS**
- **RESPECTER LA SIGNALISATION (VERTICALE ET HORIZONTALE)**
- **ROULER A DROITE**
- **INTERDICTION DE DOUBLER**
- **GROUPE DE 6 MAXIMUM**
- **PORTER UN CASQUE**
- **METTRE LE BRAS A DROITE / A GAUCHE POUR TOURNER**
- **S'ARRETER A UN STOP**
- **ROULER LE PLUS DROIT POSSIBLE (PAS DE ZIGZAG)**

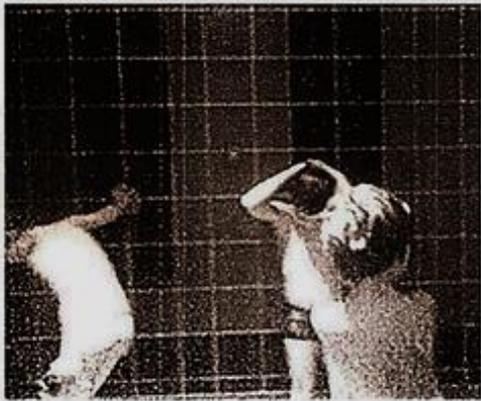
Mise en oeuvre : avant la séance

Les règles d'hygiène



MAILLOT DE BAIN

OBLIGATOIRE



On se lave avant et après.

Trois règles d'hygiène à respecter obligatoirement



Le Chewing Gum est interdit
dès l'entrée dans Verdun Aquadrôme



Se déchausser
avant les vestiaires



A la sortie des vestiaires
et à la sortie de la plage



Mise en oeuvre

- **Au cours de la séance :**

- Renseigner des fiches d'observation, des relevés de performance, des feuilles de match, des fiches d'auto-évaluation ...
- Se rappeler de l'organisation, des règles d'une activité...
- Revenir sur des traces et/ou en prendre.

Mise en oeuvre : au cours de la séance

Grille d'observation de mes camarades

	Respect des contraintes			Espace		Corps				Temps		Impression générale	
	Individuelle (1)	Duo en écho (2)	Groupe (3)	Occupation de l'espace (4)	Directions / formations variées (5)	Pas variés (6)	Amplitude (7)	Equilibre (8)	Détente (9)	Rythme adapté à la musique (10)	Énergie / Dynamisme (11)	Esthétique (12)	Coordination / enchaînement (13)
G1	3	3								2	4	4/4	4/4
G2						2	3	3	2				
G3				3	3								
G4	3	3	3										
G5	Obscured row												
G6												3	2
				3=TB		2=B		1=M					



Mise en oeuvre : au cours de la séance

Répartition des tâches					
Passage	Respect des contraintes	Espace	Corps	Temps	Impression générale
G1	G2	G3	G4	G5	G6
G6	G1	G2	G3	G4	G5
G5	G6	G1	G2	G3	G4
G4	G5	G6	G1	G2	G3
G3	G4	G5	G6	G1	G2
G2	G3	G4	G5	G6	G1
G1 Maxime, Cléa, Sandy, Laurine H.			G2 Kélya, Linsey, Théo, Elory		
G3 Quentin, Laurine D., Clément, Clara			G4 Naïs, Augustin, Célia, Antonin		
G5 Tristan, Angélique, Lorraine			G6 Alexane, Mathys, Léonie		

Évaluation de notre groupe par nos camarades														
Total / nb de juges	Contraintes			Espace		Corps				Temps		Impression		TOTAL
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	
Total de points	5	6	6	8	5	6	3	6	6	8	7	7	8	
Moyenne de points	1,6	2	2	2,6	1,6	2	1	2	2	2	1,75	1,75	2	24,30 ³ 133
Total par domaine	5,6			4,2		7				3,75		3,75		

Mise en oeuvre : au cours de la séance

P:  nom : Lorraine

Mé  artenaïres sont *Tristan et
Géorgique* 

Action : sauter

Musique : Vie parisienne d'Offenbach

Phase individuelle	Phase en écho	Phase de groupe
<ul style="list-style-type: none"> - Je saute en m'agrandissant. - Je fait des sauts pieds joints avant, arrière, gauche et droite. - Je fait le même mais à cloche pied. 	<p><i>Géorgique</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - saut en écartant les jambes vers l'avant <p><i>Lorraine:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - saut sur un pied en tournant. <p><i>Tristan:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - saut sur un pied. - talon fesse (si on est en avant) 	<ul style="list-style-type: none"> - triangle (cloche pied) - rond (talon fesse) - ligne (pied joint) - colonne (pied joint) - fin = debout bras écarté



Mise en oeuvre : au cours de la séance

Course d'endurance

Prénom : *Arthur*

Date :	<i>10/9/10</i>	<i>1/10/10</i>	<i>15/10/10</i>	<i>/ /</i>	<i>/ /</i>
1) Régularité	(tb) / b / ab / m / tm	(tb) / b / ab / m / tm	tb (b) / ab / m / tm	tb / b / ab / m / tm	tb / b / ab / m / tm
2) Objectif de temps	Minutes : <i>12</i> Arrêt(s) : <i>11</i>	Minutes : <i>13</i> Arrêt(s) : <i>-</i>	Minutes : <i>14</i> Arrêt(s) : <i>1</i>	Minutes : Arrêt(s) :	Minutes : Arrêt(s) :
3) Nombre de tours parcourus	Tours : <i>IIIIIIIIII</i> Temps :	Tours : <i>IIII</i> Temps : <i>14</i>	Tours : <i>IIII IIII</i> Temps : <i>14</i>	Tours : Temps :	Tours : Temps :
Fréquence cardiaque (en pulsations par minutes)	<i>140</i>		<i>132</i>		

Mise en oeuvre : au cours de la séance

Fiche d'aide à l'organisation TOURNOI FUTSAL A 4 EQUIPES

A: Jaune B: Rouge C: Bleue D: /

	MATCHS		SCORES (entourer la lettre de l'équipe qui a gagné)		ARBITRAGE	FAUTES COLLECTIVES
	A - B		A - B		C	D
Buts			0 - 0			
Fautes	///		3 - 2			
	C - D		C - D		A	B
Buts			-			
Fautes			-			
	B - C		B - C		DA	A
Buts	I		1 - 0			
Fautes	///	I	4 - 1			
	D - A		D - A		B	C
Buts			-			
Fautes			-			
	B - D		B - D		C	A
Buts			-			
Fautes			-			
	A - C		A - C		B	D
Buts	#I	I	1 - 0			
Fautes	I	///	1 - 3			

CLASSEMENT

Equipe	Nombre de points gagné 4 points; nul 2 points; perdu 1 point	Equipe	Nombre de fautes collectives par match	PLACE
A	2 + 4 + ... + ... = 6	A	3 + 1 + ... + ... = 4	1
B	2 + 4 + ... + ... = 6	B	2 + 4 + ... + ... = 6	2
C	1 + 1 + ... + ... = 2	C	3 + 1 + ... + ... = 4	3
D	... + ... + ... + ... =	D	... + ... + ... + ... =	



Mise en oeuvre

- **Après la séance :**
 - Établir un bilan.
 - Analyser et formaliser le vécu de la séance.
 - Identifier et mesurer ses progrès.
 - Développer et enrichir sa connaissance « culturelle » de l'activité.



Mise en oeuvre : après la séance



Mise en oeuvre : après la séance

Léa

EPS : jeux de lutte.

Règles d'or :

- Je ne dois pas faire mal aux autres.
- Je ne dois pas me laisser faire mal ou me faire mal.
- Je dois toujours respecter mes adversaires et mes partenaires.
- Je dois faire attention à mes vêtements et à ceux de mes camarades.
- Je dois taper 2 fois au sol si les règles ne sont pas respectées.

• Le juge doit être sérieux, impartial et s'occuper uniquement de son combat.

A ton avis, à quel(s) sport(s) ces règles peuvent-elles s'appliquer ?

Je pense que c'est de la lutte, oui

Une nouvelle règle d'or :

ou

Je dois toujours me taire.

impartial (adj) : Une personne impartiale est juste
impartial
et met tout le monde à égalité.



Mise en oeuvre : après la séance

l'expression corporelle

et artistique

On avait le rôle d'acteur ou de spectateur.

spectateurs
public



les acteurs
la scène



Les spectateurs ne doivent pas déranger les acteurs.
Les acteurs doivent se faire entendre par les spectateurs.

On a joué:

- avec mimes
- à la ronde d'expression
- avec marionnettes
- à lire des phrases avec des sentiments



Le Judo

Le **judo** est un art martial et un sport de combat d'origine japonaise. Judo est un “mot” japonais qui peut se traduire par *la voie de la souplesse*. Ce sport a été fondé par Jigoro Kano en 1882. Il se compose de techniques de projection, de contrôle au sol, d'étranglements et de clefs.

La légende dit que pour établir les principes du judo, Jigoro Kano s'inspira du spectacle d'arbres couverts de neige, lors d'un hiver rigoureux, en remarquant que les branches du cerisier réagissaient différemment des roseaux. Sous le poids de la neige abondante, les branches de cerisiers, dures, cassaient alors que les roseaux, plus souples pliaient et se débarrassaient de « l'agresseur » avec souplesse. La voie de la souplesse était née.

Le lieu où l'on pratique le judo s'appelle le *dojo*. Les pratiquants sont les *judoka*. Ils portent une tenue en coton renforcée appelée *judogi*, souvent appelée à tort *kimono*. Le judo se pratique pieds nus sur un tatami. Le judo est un sport olympique.

Code Moral du Judo :

- La Politesse, *c'est le respect d'autrui*
- Le Courage, *c'est de faire ce qui est juste*
- La Sincérité, *c'est s'exprimer sans déguiser sa pensée*
- L'Honneur, *c'est être fidèle à la parole donnée*
- La Modestie, *c'est parler de soi-même sans orgueil*
- Le Respect, *sans respect aucune confiance ne peut naître*
- Le Contrôle de Soi, *c'est savoir se taire lorsque monte la colère*
- L'amitié, *c'est le plus pur des sentiments humains*



Organisation du cahier EPS

- Quel support choisir ?

- Un classeur
- Un cahier
- Un porte-vues

- Comment l'organiser ?

- Entrée par les quatre champs d'apprentissage des programmes
- Entrée par les activités physiques sportives et artistiques abordées



Organisation du cahier EPS

Entrée par les 4 champs d'apprentissage de l'EPS



Coopérer ou s'opposer individuellement ou collectivement



Réaliser une performance mesurée



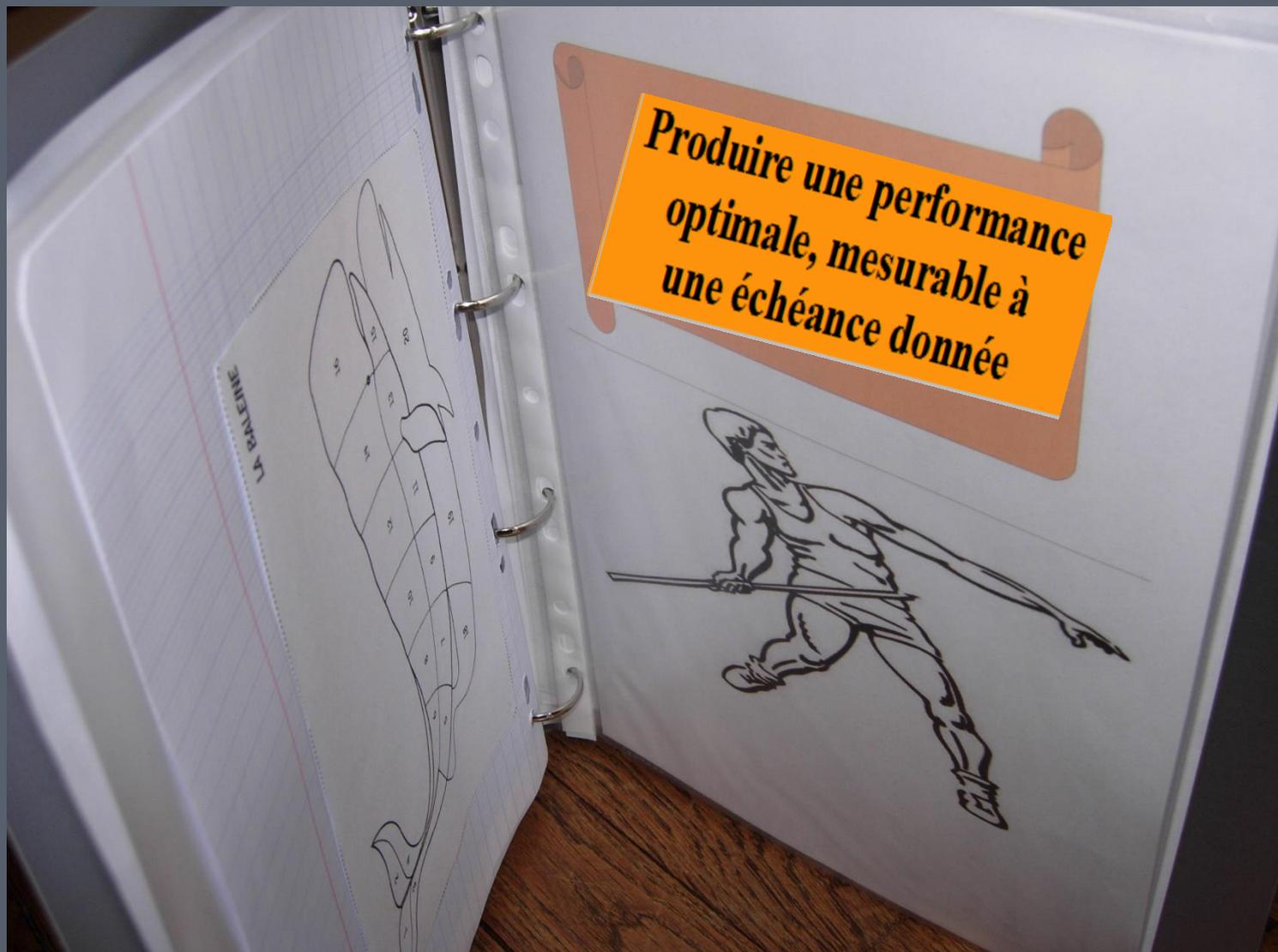
Concevoir et réaliser des actions expressives, artistiques, esthétiques



Adapter ses déplacements à différents types d'environnements

Organisation du cahier EPS

Entrée par les 4 champs d'apprentissage de l'EPS



Organisation du cahier EPS

Entrée par les 4 champs d'apprentissage de l'EPS

**Adapter ses
déplacements à des
environnements variés**



Organisation du cahier EPS

Entrée par les 4 champs d'apprentissage de l'EPS

**S'exprimer devant les
autres par une prestation
artistique et/ou
acrobatique**



Organisation du cahier EPS

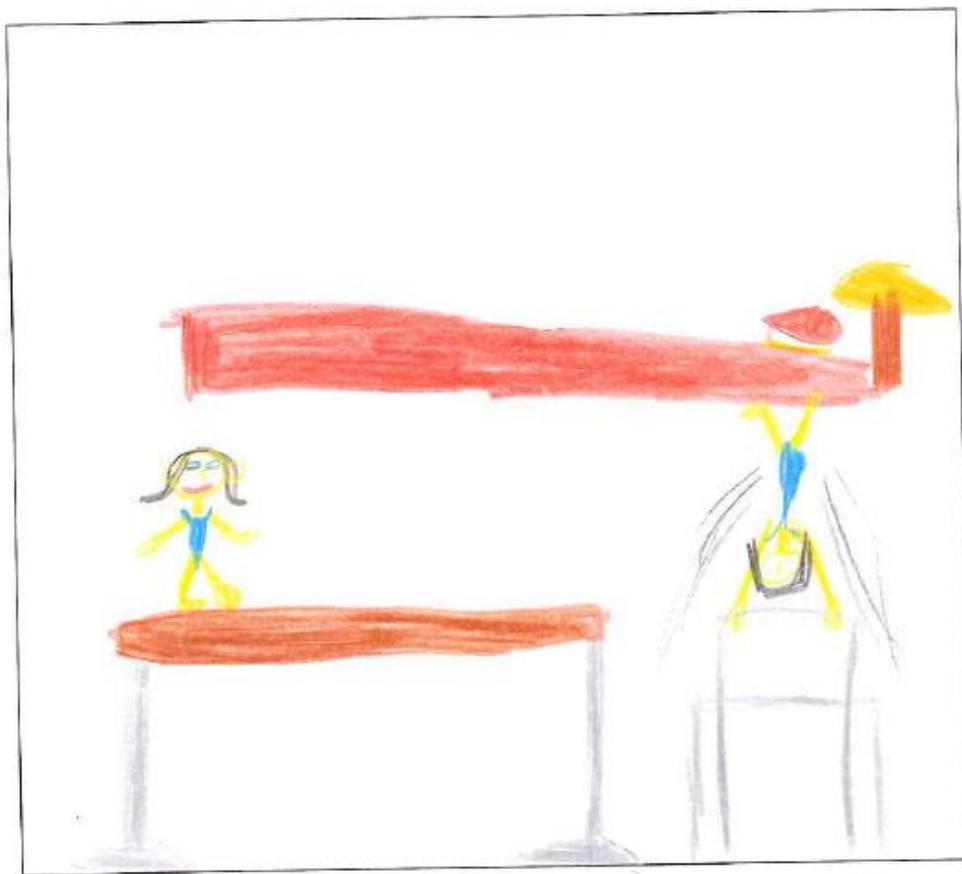
Entrée par les 4 champs d'apprentissage de l'EPS



Organisation du cahier EPS

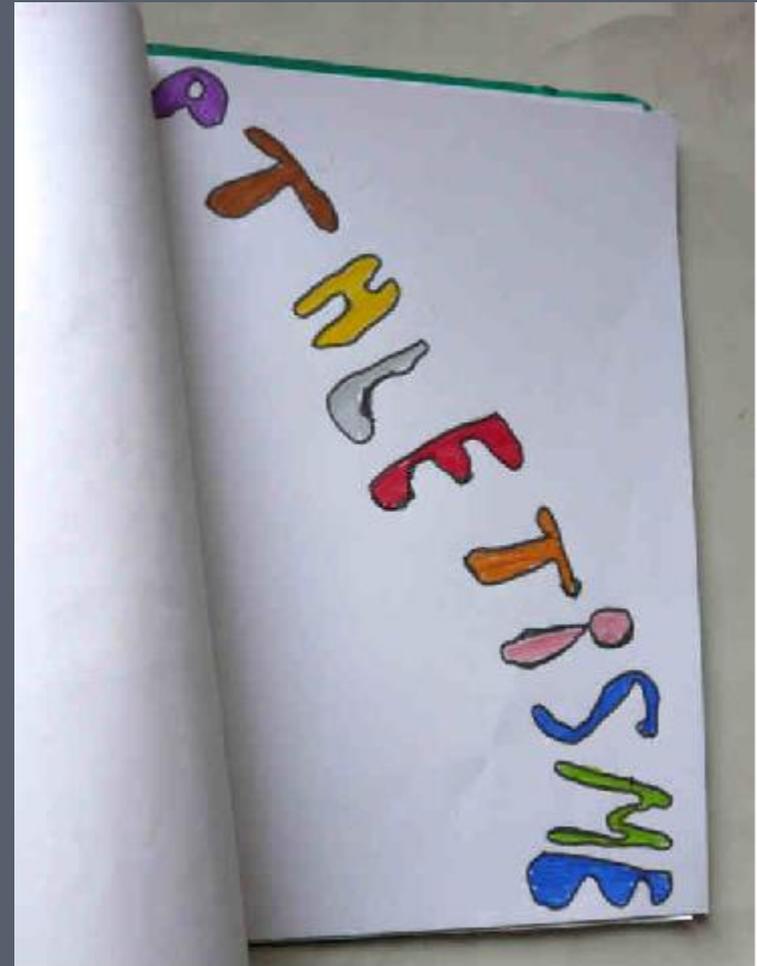
Entrée par les activités physiques sportives et artistiques abordées

Mon cahier d'EPS...



Organisation du cahier EPS

Entrée par les activités physiques sportives et artistiques abordées



Conclusion

Quelques conseils :

- Un contenu varié (photos, textes, dessins, schémas, tableaux, articles, diplômes...).
- Une utilisation régulière mais pas systématique.
- Une personnalisation est possible afin d'en favoriser l'appropriation.
- Une utilisation réflexive est préférable à une accumulation de traces.

Le cahier d'EPS trouvera sa cohérence dans une démarche d'équipe (programmations, transmission d'année en année).

Cet outil favorise la pratique de l'EPS dans une démarche d'apprentissage pluridisciplinaire porteuse de sens.