

Autour de l'autonomie en EPS

MOTS CLÉS: STRATÉGIES • PISTES

De la 1^{re} séance d'EPS en 1H à la dernière en 11H, en EPS comme dans les autres disciplines scolaires, l'engagement de l'élève est multiforme. Il peut renvoyer à son investissement physique, à sa performance, à l'enthousiasme témoigné en cours, à son niveau d'attention et d'écoute des consignes, etc.

Les personnes enseignantes sont invitées à motiver l'élève, à le stimuler, à lui donner envie, mais aussi à le rendre autonome, responsable et acteur de ses apprentissages.

Pour les parents, quel soulagement le jour où ils constateront que leur enfant réalise enfin l'aller et le retour maison-école-maison, seul et sans problème, en gérant son bus, en ne se perdant pas en chemin avec son sac à dos et son matériel de sport! Pour l'élève, l'autonomie grandit petit à petit. De la tenue adéquate pour le cours d'EPS à la maîtrise du laçage de ses chaussures, de la préparation de ses affaires de natation au transport de son matériel de ski; le chemin parcouru ne mérite-t-il pas respect et louange?

G. Mageau et R. Vallerand (2003) ainsi que P. Mallet (2005) ont identifié et testé des stratégies précises pour forger le besoin psychologique d'autonomie; voici une liste de ces stratégies que vous exploitez très certainement:

- Fournir aux élèves des limites et des choix.
- Expliquer les raisons de la nécessité de s'entraîner.
- Reconnaître et respecter les points de vue et sentiments de la personne.

CAMP DE 3 JOURS

Autonomie

Polysportifs en Valais



Encadrement HEP & HES

Enfants 8 - 12 ans

50 places



Bouveret Ovronnaz Fiesch

INFOS: <https://sport.vs.ch> - <https://bit.ly/3vUbz2q>

- Favoriser l'indépendance et la prise d'initiative.
- Transmettre un feedback en matière de compétence qui ne se traduit pas par un contrôle ou une limitation du comportement.
- Encourager la maîtrise lors du processus d'apprentissage en dissuadant les comparaisons sociales.

Lors du cours d'analyses de pratiques au sein de la HEP, l'équipe 61AM a ressorti des actions potentielles intéressantes visant à construire et développer cette autonomie en EPS; voici dans le désordre quelques pistes:

- ➔ Attribuer des rôles précis visant à intégrer l'ensemble des élèves de la classe notamment pour la mise en place du matériel, pour la sécurité à respecter (A & B jouent le rôle de «vérificateurs des installations»), pour la présentation des consignes, pour la gestion du temps.
- ➔ Choisir un thème et donner l'occasion aux élèves d'imaginer et de créer un parcours.
- ➔ Introduire de l'auto-arbitrage dès le Cycle 2.

- ➔ Effectuer seul ou diriger un échauffement adapté à l'activité prévue (Cycle 3 plus indiqué).
- ➔ Donner l'occasion à un élève de présenter son sport aux autres (oral-explications-mise en pratique adaptée et sécurisée).
- ➔ Proposer une fiche personnalisée «EPS en autonomie» à l'image du projet *Fit-In*.
- ➔ Intégrer l'application «activdispens.ch».
- ➔ Choisir une musique obéissant à certains critères puis travailler avec persévérance à la réalisation d'une mini-chorégraphie en solo, à deux ou en groupe.
- ➔ Définir ensemble les facteurs de coordination (ordre), puis de manière autonome (ou en duo) imaginer des postes valorisant l'orientation, le rythme, la différenciation, la réaction et l'équilibre; les présenter et effectuer par la suite un choix pour le circuit training d'avril!

Lionel Saillen, Nathalie Nanchen,
Nicolas Galliano et Yannick Pont •
equipe-EPS@hepv.ch