

Table des matières

| | |
|-----------------------------------------------------------------|-----------|
| 1. INTRODUCTION PROBLÉMATISÉE..... | 3 |
| 1.1. Cadre théorique..... | 4 |
| 2. DÉMARCHE DE LA RECHERCHE..... | 8 |
| 2.1. Population..... | 8 |
| 2.2. Outils et méthode..... | 9 |
| 2.3. Catégories observées..... | 11 |
| 3. ANALYSE DES RÉSULTATS..... | 15 |
| 4. DISCUSSION ET CONCLUSION..... | 32 |
| 4.1. Limites et perspectives..... | 34 |
| 5. BIBLIOGRAPHIE..... | 39 |
| 5.1. Sites internet..... | 40 |
| 5.2. Supports de cours..... | 40 |
| 6. ANNEXES..... | 41 |
| 6.1. Canevas de leçons..... | 41 |
| 6.2. Outils et schémas des cours..... | 53 |
| 6.3. Minutes consacrés dans chaque catégorie par activités..... | 58 |
| 6.4. Graphiques non utilisés..... | 70 |

1) Introduction problématisée

En mai 2006, suite à l'adoption par le peuple de l'article 62, al. 4 de la Constitution fédérale, le plan d'étude romand (*PER*¹) apparaît. Ce dernier répond à la volonté d'harmonisation de l'école publique en reprenant ses finalités et objectifs tels qu'ils figurent dans la Déclaration de la CIIP² de janvier 2003. Comme nous pouvons le découvrir dans le document officiel de la CIIP du 15 août 2008, le PER tend à harmoniser l'enseignement romand grâce à un cadre de référence commun, aux visées et aux contenus de formation identiques. Dès lors, la Direction Générale de l'Enseignement Obligatoire du canton de Vaud a mis en place un plan d'étude romand, qui astreint les enseignants à suivre un programme précis. Ils doivent en effet évaluer les élèves un nombre de fois précis avant la fin de chaque semestre. Les élèves, quant à eux, doivent accumuler énormément de savoirs en peu de temps. Cette uniformisation scolaire rajoute donc une contrainte supplémentaire aux enseignants qui peuvent dorénavant moins se concentrer sur la qualité du contenu et sur la manière dont celui-ci est amené; ils sont davantage soumis aux délais et à la quantité des savoirs à transmettre à leurs élèves qu'à la qualité de ces derniers. Une des branches scolaires encore épargnée par ce phénomène dans le canton de Vaud est l'éducation physique, car celle-ci n'est pas notée. Il existe tout de même des contraintes, car l'enseignant en éducation physique est lui aussi soumis aux exigences cantonales que nous retrouvons d'une part dans le *PER*, mais également dans le programme cantonal auquel chaque établissement doit se soumettre. Ce programme est cependant plus flexible et adaptable au public cible.

La qualité de l'enseignement en éducation physique dépend de plusieurs facteurs: la motivation de l'enseignant, l'organisation efficace de la leçon ou encore l'utilisation optimale du temps à disposition (qeps.ch, 2009). Cela signifie que plus les élèves bougent, plus ils apprennent. Dans le document officiel *Good Practice Guidelines in physical education Teacher Education* (Cale et Harris, 2006), il est stipulé que : “plan for pupils to be active for at least 50% of the available time [...]”. Soit en français : “ Il prévoit que les élèves soient actifs pendant au moins 50% du temps à disposition...”. Nous avons découvert cette recommandation lors de notre semaine en Irlande à Dublin dans le cadre d'un projet PEERS. Nous avons tout de suite été interpellées par ce pourcentage qui nous paraissait très bas, d'autant plus que nous n'avions pas de point de comparaison, car aucune recommandation de

¹ L'acronyme *PER* sera utilisé tout au long de l'étude pour parler du *Plan d'étude romand*.

² Conférence intercantonale de l'instruction publique de la suisse romande et du Tessin.

la sorte n'est parue en Suisse jusqu'à maintenant. C'est donc munies d'un chronomètre, d'un papier et d'un crayon que nous avons observé trois leçons d'éducation physique durant notre séjour à Dublin. Ainsi, au fil des classes observées, nous avons pu rapidement constater que ce pourcentage cible de 50% n'était pas si facilement atteignable. En effet, de nombreux facteurs faisant partie intégrante d'une leçon d'éducation physique, tels que la mise en place et le rangement du matériel, les consignes à donner ou encore la discipline à faire respecter représentent des éléments pouvant faire perdre de précieuses secondes. Suite à cette constatation - qui décrit toutes les minutes durant lesquelles les élèves ne sont pas en mouvement pour diverses raisons - il nous a paru intéressant de poursuivre ces observations chez nous, en Suisse. Pour ce faire, nous avons décidé de filmer nos propres leçons d'éducation physique données durant nos heures de stage, ce qui permet alors de nous observer et nous mesurer nous-mêmes. En filmant nos propres cours d'éducation physique, nous avons pour but de découvrir le temps durant lequel nos élèves sont en mouvement. Le thème de notre mémoire se focalise donc sur le temps effectif durant lequel nos élèves sont en mouvement. Notre question de recherche reprend précisément la recommandation des 50% qui devrait être respectée en Irlande. En effet, notre but est de découvrir si nos apprenants bougent véritablement 50% ou plus durant nos leçons d'éducation physique. Nous sommes néanmoins conscientes qu'au vu des observations effectuées Outre-Manche, nous allons très certainement obtenir un pourcentage moins satisfaisant que la recommandation irlandaise. Grâce aux classes que nous avons pu suivre durant notre séjour en Irlande, nous avons également constaté que le temps durant lequel les élèves se meuvent dépend en grande partie de l'activité proposée. Ainsi, nous partons de l'hypothèse que le pourcentage de temps durant lequel notre classe bouge sera moins élevé en agrès ou athlétisme que durant une période consacrée aux jeux.

1.1) Cadre théorique

Lors de nos recherches, nous avons découvert que l'UNESCO (McLennan, Thompson, 2015) a édité une série de principes fondamentaux relatifs à l'EPQ, soit l'Education Physique de Qualité, parmi lesquels l'un d'entre eux a retenu notre attention, soit celui concernant *“l'allocation recommandée pour la durée hebdomadaire d'éducation physique avec des augmentations prévues : 1. 120 minutes d'éducation physique et 2. 180 minutes d'éducation physique.”* Nous avons pensé intéressant de reprendre la note de bas de page relative à la *“durée hebdomadaire d'éducation physique”* qui stipule :

Il s'agit du temps d'apprentissage effectif consacré à l'éducation physique au sens strict, qui ne tient pas compte ni du passage en vestiaire ni des déplacements depuis et vers des installations spécifiques ni des explications portant sur des sujets connexes, tels que la santé, par exemple.

Ceci va dans le sens de notre étude, mais ne nous apportait pas suffisamment de détails utiles à exploiter pour notre travail. Ainsi, en continuant nos recherches concernant le temps en mouvement des élèves en éducation physique, nous avons découvert le concept d'*Academic Learning Time*. Ces nombreuses recherches nous ont amenées à prendre connaissance de ce concept important *ALT*³, destiné à améliorer l'apprentissage des élèves par un enseignement efficace. *ALT* est défini comme le temps durant lequel un élève est engagé dans une tâche scolaire qu'il effectue avec un succès élevé. "Academic Learning Time can be described as the amount of time a student spends engaged in an academic task that the student performs with high success." (Fisher, Marliave et Filby, 1979) L'acronyme *ALT* représente donc le temps durant lequel les élèves sont en apprentissage. Selon Fischer, Marliave et Filby (1979), trois conditions doivent être respectées simultanément pour que les chercheurs considèrent les apprenants comme étant en situation réelle d'apprentissage. Bien que l'élève soit engagé dans une tâche spécifique, il faut également qu'il soit engagé dans la consigne demandée et qu'en plus il obtienne un taux de réussite élevé. C'est pourquoi il est nécessaire en tant qu'enseignant d'utiliser la différenciation afin que chaque apprenant reçoive une tâche propre à son niveau lui permettant ainsi d'être en situation d'apprentissage; la tâche demandée à l'élève doit donc se trouver dans sa *zone proximale de développement*. (Vygotski, 1985). La *ZPD*⁴ se situe entre la zone d'autonomie et la zone de rupture de l'apprenant. La *ZPD* se définit comme la zone où l'élève, à l'aide de ressources variées, est capable d'exécuter une tâche. Une activité située dans cette zone permet donc à l'élève d'être en situation d'apprentissage, car le défi demandé lui paraît réaliste sans lui sembler trop facile. Comme le mettent en évidence Luts, Ledent, Piéron & Cloes (1999), il est également primordial que l'élève acquière un sentiment de compétence élevé durant la leçon d'éducation physique afin qu'il y participe de manière active. De cette manière, l'élève poursuivra peut-être même l'activité proposée de façon extrascolaire. Il est donc très important que l'élève ne connaisse pas une récurrence trop prononcée d'échecs pour se sentir en confiance et ainsi s'estimer. Cet objectif est uniquement réalisable si l'apprenant se situe effectivement dans sa *ZPD*. Se

³ L'acronyme *ALT* sera utilisé tout au long de l'étude pour identifier le concept d'*Academic Learning Time*.

⁴ L'acronyme *ZPD* sera utilisé tout au long de l'étude pour identifier le concept de Vygotski.

trouver dans cette zone précise d'apprentissage permet non seulement à l'élève d'éviter les échecs répétés, visibles aux yeux de tous ses camarades, mais aussi de le motiver à bouger encore plus, et ce même en dehors des leçons d'éducation physique. Cependant, comme le relèvent Placek et Randall (1986), le problème majeur dans les leçons d'éducation physique est que le temps durant lequel les élèves pratiquent une activité physique à un niveau approprié se situe à un niveau très bas. Il varie effectivement entre 15% et 38% du temps total alloué à la leçon d'éducation physique. Ces chiffres nous laissent imaginer combien il est alors difficile pour un enseignant de différencier spécifiquement les tâches pour chaque élève dans le but qu'ils soient tous dans leur zone spécifique d'apprentissage.

N'oublions pas de mentionner ici que nous sommes bien conscientes que l'apprentissage constitue l'un des éléments clés de l'enseignement et cela dans toutes les disciplines. Cependant, les notions de mouvement et de plaisir non associées à l'apprentissage est, à nos yeux, un élément également important de l'éducation physique. En effet, ce n'est qu'en offrant du plaisir lors des leçons d'éducation physique que nous pouvons espérer motiver les élèves à pratiquer une activité sportive extrascolaire et leur inculquer ainsi les notions de santé et de bien-être conférés par l'activité physique de façon générique. Ces éléments sont d'ailleurs présents dans les visées prioritaires du *PER*. Il y est stipulé que l'élève doit non seulement connaître son corps et en prendre soin mais également qu'il doit reconnaître ses besoins physiologiques et nutritionnels. La perception du sport et l'attitude à son égard est, comme le précise l'office fédérale de la santé publique (OFSP), directement liée au plaisir que les apprenants ressentent pendant l'activité. Ainsi, un haut taux de mouvement, même sans apprentissage peut être bénéfique pour la santé de nos participants. En effet : “ le succès de la promotion de l'activité physique et du sport dépend surtout d'une perception positive des activités physiques par les groupes-cibles.” (OFSP, 2014) Notre postulat consiste donc à mettre en évidence le fait que l'éducation physique doit être une discipline offrant certes un apprentissage, tant technique que théorique, adapté à chaque élève, mais surtout du plaisir et de la motivation l'incitant à poursuivre une activité physique au-delà des enceintes scolaires. C'est pourquoi nous ne nous intéresserons pas au temps d'apprentissage tel qu'il est décrit dans les articles concernant l'*ALT*.

Comme le propose Pineau (1991) dans sa nouvelle taxonomie, il y a plusieurs objectifs qui entrent en compte dans les finalités de l'éducation physique. Deux d'entre eux étaient déjà présents dès 1967, soit celui de développer chez tous les enfants et adolescents les capacités organiques, foncières et motrices et l'autre de favoriser l'accès au tissu social et culturel dans lequel ils vivent. Le troisième objectif mis en lumière par Pineau constitue la

pérennisation de l'activité physique enseignée. En effet, il aspire à offrir à tout un chacun "les connaissances concernant l'entretien de ses potentialités et l'organisation de sa vie physique aux différents âges de son existence" (Pineau, 1991). En nous basant sur ce troisième objectif d'une leçon d'éducation physique, nous avons décidé de ne pas nous attarder sur le temps d'apprentissage mais uniquement sur le temps en mouvement effectif des élèves qui leur conférerait potentiellement l'envie de continuer un autre sport en dehors des leçons proposées dans le cadre scolaire.

Nous allons néanmoins nous inspirer des études liées au temps d'apprentissage pour faire en sorte que la nôtre soit la plus exhaustive possible, soit en évitant de réitérer les critiques auxquelles elles ont déjà pu être soumises. La première critique ayant retenu notre attention concerne le groupe de référence utilisé dans la quasi totalité des recherches incluant le temps d'apprentissage. Ces dernières se sont en effet concentrées sur l'entier de la classe sans se focaliser sur un individu précis. Cela permet effectivement de découvrir la moyenne durant laquelle la classe bouge mais ne prend en aucun cas les caractéristiques individuelles en compte. Les résultats obtenus ne sont donc pas exacts et reflètent davantage la réalité des élèves qui bougent le plus. C'est pourquoi nous avons décidé de déplacer cette focale sur un seul et unique élève lors de nos observations. Nous allons effectivement suivre l'élève *moyen* (définition ci-dessous) de la classe observée, nous permettant d'obtenir un résultat plus individuel et ainsi plus proche de la moyenne réelle des mouvements effectués par l'entier de la classe.

Une deuxième critique liée à ces recherches porte sur l'observation du temps d'apprentissage des élèves : les enseignants n'arrivaient malheureusement qu'à voir 3% des réussites ou des défaites de leurs élèves. Puisqu'en éducation physique il est extrêmement important de savoir où se situent les forces et les faiblesses de chacun - cela dans le but d'ajuster au mieux son enseignement envers chaque élève - nous allons filmer nos leçons et les visionner à posteriori, afin de pouvoir nous concentrer entièrement sur les leçons que nous donnerons. Nous ne serons ainsi pas péjorées par le temps que nous aurions dû consacrer à l'observation durant notre leçon de gymnastique, et nos élèves seront autant suivis qu'à l'accoutumée.

Une autre critique émanant des articles portant sur l'*ALT* nous informe aussi de la difficulté des enseignants à optimiser l'observation portée à leurs élèves : ceux-ci travaillent-ils effectivement sur une activité en lien avec la tâche ou non ? Dans notre étude, nous nous attarderons uniquement sur le temps durant lequel les élèves sont en mouvement. Cela nous

évitera toute confusion et ainsi nous saurons exactement ce que nous observons, sans avoir de doute sur les paramètres retenus. Notre travail permettra donc de compléter ces recherches tout en essayant d'éviter de réitérer les mêmes biais auxquels ces anciennes analyses ont pu être soumises.

2) Démarche de la recherche

Nous allons ici développer les aspects organisationnels de notre recherche, dans le but d'asseoir ce projet de recherche sur des critères scientifiquement cohérents.

2.1) Population

Afin d'obtenir des données facilement accessibles et surtout d'en collecter suffisamment, nous avons décidé de filmer nos propres classes. Ce choix contient plusieurs avantages. Premièrement, en nous intéressant à des classes que nous côtoyons toutes les semaines, nous savons exactement quel élève nous donnerait les résultats les plus exhaustifs en étant suivi pour ce projet de recherche. En effet, nous pouvons juger sans trop de difficulté lequel de nos apprenants est un élève dit *moyen*. Mais qu'entendons-nous par ce terme? Les données que nous voulons récolter doivent représenter la moyenne de la classe. Cela signifie que l'élève que nous observerons et grâce auquel nous calculerons le temps moyen durant lequel il se meut sur une période entière ne doit ni être un élève hyperactif, qui a toujours envie de bouger, ni hypoactif, qui n'est jamais motivé en cours d'éducation physique. Le temps en mouvement du même élève de chacune des classes observées sera automatiquement analysé au fil de nos recherches, soit trois élèves au total. Peu importe l'activité proposée, notre attention sera à chaque fois portée sur l'apprenant que nous avons sélectionné au départ. C'est ainsi que tous nos chronométrages et nos résultats obtenus pourront être comparables et nous mèneront à un résultat ayant du sens. Il va de soi que ces deux sujets ne permettront pas d'obtenir des données généralisables à une population classe lambda, mais seront néanmoins exhaustives pour les deux classes qui participeront à notre étude. En effet, un élève *moyen* connaîtra des jours où l'activité le motivera énormément et d'autres jours où il participera moins. Ces traits de caractère sont par conséquent individuels. C'est pourquoi les résultats obtenus ne seront pas généralisables à plus grande échelle. Nous utilisons cependant de manière consciente un échantillon aussi petit et donc peu représentatif. Il nous semble en effet, comme cela a été relevé dans les études menées sur *ALT*, que si nous prenions toute la

classe comme échantillon, celui-ci se montrerait encore moins représentatif, car nous prendrions les élèves qui bougent le plus en compte. Ce choix est donc bel et bien étudié et semble être le plus cohérent.

Autant pour l'activité *volley* que *lancer du poids* et *saut en hauteur*, le même élève a été observé, et ceci dans une classe de 10VG. Les activités *agrès*, *badminton* et *foot*, ont été observées dans deux classes différentes. Ainsi les mouvements du même élève d'une classe de 10VP ont été analysés durant les leçons de foot et d'agrès, puis un second élève d'une classe de 11VG a été observé durant celles de badminton.

Concernant les leçons filmées, nous avons décidé au préalable d'observer dans chacune des disciplines un cycle entier, soit entre trois et quatre leçons. Cette intention n'a néanmoins pas été réalisable. En effet, une des classes sélectionnées a dû être exclue de la recherche pour diverses raisons ayant compromis le nombre de vidéos prévues. Ces contretemps faisant parties des limites de notre recherche, nous y reviendrons ultérieurement.

Les leçons intégrées à notre recherche se présentent comme suit :

- Saut en hauteur : quatre leçons de 45 minutes, l'évaluation finale étant la prise de hauteur pour les joutes de fin d'année.
- Lancer du poids: quatre leçons de 45 minutes, l'évaluation finale étant la prise de distance du tir comptabilisée pour les joutes de fin d'année.
- Agrès : quatre leçons de une heure, l'objectif de fin de cycle étant l'évaluation cantonale propre à la barre fixe.
- Badminton : quatre leçons de 45 minutes, l'objectif de fin de cycle étant les joutes de double mixte.
- Foot : quatre leçons de 45 minutes, l'objectif de fin de cycle étant les joutes de 10ème année.
- Volley : huit leçons de 45 minutes, l'objectif final étant les joutes de 10ème année.

2.2) Outils et méthode

Ayant eu la chance d'observer trois classes et trois enseignantes différentes en Irlande, nous avons pu analyser des leçons avec des thèmes et des activités très différents. Nous avons donc déjà, lors de ce voyage, pu constater que le temps d'activité des élèves dépendait de la discipline enseignée. Comme nous ne connaissions pas encore le thème exact de notre mémoire, nous avons mesuré la participation de l'entier de la classe. La première leçon suivie regroupait une classe mixte de 25 élèves exécutant divers exercices de gainage et de

souplesse. La leçon se déroulait dans la cours de l'école, la salle de gym étant occupée par une bibliothèque temporaire. Le pourcentage de temps en mouvement des élèves s'élevait à 41,98%. Puis, nous avons suivi une deuxième leçon d'une classe de filles apprenant à jouer au rugby : ces jeunes élèves ont bougé durant 35% de la période enseignée. En parallèle, nous avons également observé une classe composée uniquement de garçons qui suivaient une leçon de gymnastique. Dans ce cas, les élèves n'ont bougé que 12,59% du temps total. Cela peut être expliqué par la forme de travail appliqué lors de cette leçon, la forme par "postes". Dans cette manière de travailler, chaque élève passe au même exercice en attendant son tour, ce qui signifie que pendant l'attente les élèves sont inactifs et ne se dépensent pas. Suite à cette constatation, nous avons décidé d'émettre l'hypothèse, comme décrit plus haut, que les élèves bougent plus pendant une période de *jeux* que pendant une période d'*agrès/athlétisme*. Dans la catégorie *jeux* nous englobons toutes les disciplines dans lesquelles au minimum deux élèves s'affrontent et sont soumis aux mêmes règles. Dans l'autre domaine *agrès* ou *athlétisme*, nous prenons en compte tous les exercices réalisés à différents engins de manière individuelle (barre fixe, mini-trampoline, anneaux, sol, ...) et toutes les disciplines telles que le sprint, le saut en hauteur ou encore le saut en longueur par exemple.

Suite aux recherches bibliographiques menées, notamment dans les textes décrivant le *academic learning time*, les méthodes décrites et utilisées ne nous ont pas convaincus. Ces dernières n'étaient pas suffisamment spécifiques à notre thème de recherche qui se focalise uniquement sur le temps en mouvement. En effet, ces études séparaient les différentes activités des élèves en quatre groupes majeurs : le *motor appropriate* (MA), le *motor inappropriate* (MI), le *motor supporting* (MS), et également le *not motor engaged* (MN). (ALT 4...(11)) L'apprenant se trouve dans la première catégorie énoncée, soit le *MA*, s'il est concentré sur une activité en lien avec le thème et qu'il atteint l'objectif demandé à un pourcentage élevé. Dans le deuxième cas, le *MI*, l'élève est - tout comme dans la première forme - engagé dans la tâche demandée, mais celle-ci ne lui convient pas ; elle ne se situe pas dans sa *zone proximale de développement* et l'élève se retrouve donc en situation d'échecs répétés. Si l'élève se trouve dans la troisième catégorie énoncée *MS*, il est également engagé dans la tâche mais dans le but d'aider les autres à réussir leur exercice. L'apprenant est donc en train d'assurer un camarade ou alors en train de l'aider. A l'inverse des trois catégories que nous venons de décrire, la dernière, la *MN*, signifie que l'élève n'est pas engagé dans une activité en lien avec la tâche demandée par l'enseignant. L'apprenant se trouve dans cette catégorie lorsqu'il ne bouge pas, mais pas seulement : il peut également se trouver dans cette

catégorie s'il bouge mais qu'il n'y a pas d'apprentissage. C'est pourquoi cette méthode proposée ne nous convient pas. En effet, notre objectif n'étant pas de différencier les temps entre apprentissage et non apprentissage, mais bien entre mouvement et non mouvement.

Nous nous sommes cependant inspirées d'une des manières d'observer décrite par Heuston, & Miller (2011). Nous avons effectivement utilisé le *duration recording*, soit l'enregistrement d'une durée, qui est décrit dans ces recherches. Grâce à ce moyen d'observation, l'enseignant se focalise sur un seul et même élève durant toute la période et chronomètre le temps durant lequel l'élève se situe dans chaque catégorie. Les minutes durant lesquelles l'élève se trouve dans une catégorie peuvent ensuite être transformées en pourcentage du temps total de la période.

2.3) Catégories observées

Chacune de nous suivant une classe différente dans un collège du canton de Vaud, nous allons filmer nos classes respectives avec un ordinateur et analyser la vidéo par la suite en observant un seul élève, l'élève préalablement défini comme *moyen*. Notre but est de découvrir le pourcentage du temps durant lequel cet apprenant spécifique se trouve être en mouvement et non en apprentissage. Pour découvrir ces données, nous avons différencié onze catégories représentant des moments clés de la leçon selon des critères qui nous paraissent utiles en tant que futures enseignantes d'éducation physique. Nous avons ensuite créé un tableau Excel dans lequel nous insérons les minutes consacrées à chacune de nos catégories explicitées plus bas, et ainsi extraire les minutes propres durant lesquelles notre élève *moyen* se situe dans chacune des parties. Ces catégories nous permettent de définir si notre élève *moyen* est en mouvement ou non. Par la suite et pour un résultat plus pertinent, nous avons transformé ces minutes en pourcentage grâce à une simple règle de trois. Cette taxonomie a donc été réalisée pour nos besoins au sein de cette recherche.

1. **Consignes:** Ce sont les moments durant lesquels l'élève écoute les consignes, répond à nos questions ou observe l'enseignant ou un autre camarade faire une démonstration. Ces instants sont importants pour que l'élève sache exactement ce que nous attendons de lui et sache donc quel est l'objectif. Nous considérons que l'élève est physiquement "inactif".

2. **Mise en place - rangement:** Ce sont les moments de mise en place ou de rangement du matériel au vu de l'activité spécifique de la leçon. Nous considérons que l'élève est physiquement "actif".

3. **Échauffement:** Ce sont les moments consacrés à l'échauffement et à la mise en train spécifique. Ces moments sont généralement déjà en lien avec la tâche qui va suivre. Nous considérons que l'élève est physiquement "actif".
4. **Activité spécifique :** C'est la partie la plus importante d'une leçon d'éducation physique, celle durant laquelle l'élève réalise l'activité centrale de la leçon et tend à répondre à l'objectif de la leçon émis par l'enseignant. L'élève est en situation de mouvement et d'apprentissage. Nous considérons que l'élève est physiquement "actif".
5. **Assurance par les pairs:** Dans la discipline des agrès ou même parfois en athlétisme, les élèves apprennent à assurer et assurent de manière active leurs camarades. L'élève reçoit une responsabilité et se doit d'être présent, actif et alerte. Cette tâche est très importante, puisque l'apprentissage à la sécurité est une des attentes fondamentales du *PER*: CM31-5: "Reconnaître les pratiques sportives favorables à l'amélioration de sa condition physique et de son capital santé en intégrant les règles de sécurité". Nous considérons que l'élève est physiquement "actif".
6. **Observation entre pairs:** Ce sont les moments durant lesquels l'élève est mentalement actif dans l'observation soit pour un apprentissage de type vicariant, soit pour le coaching ou l'évaluation d'un pair. Nous considérons que l'élève est physiquement "inactif".
7. **En attente:** Ce sont les moments durant lesquels l'élève attend son tour par exemple, attend que son camarade soit prêt à l'assurer, attend le ballon ou tout simplement est démotivé et attend que les minutes passent. Ce sont les moments que nous qualifions peu utiles durant une leçon d'éducation physique, car l'élève n'est actif ni physiquement ni même mentalement dans l'activité. Nous considérons que l'élève est physiquement "inactif".
8. **Feedback par l'enseignant:** Ce sont les moments durant lesquels l'élève est cognitivement actif et essaye de perfectionner son mouvement grâce au retour oral ou visuel que lui offre son enseignant. L'élève est en situation d'apprentissage cognitif. Nous considérons que l'élève est physiquement "inactif".
9. **Activité annexe:** Ce sont les moments durant lesquels l'élève bouge dans une activité secondaire à l'activité spécifique prévue. Cela arrive par exemple lorsque l'enseignant travaille sur l'activité principale par demie classe ou lorsqu'il décide de couper un moment l'activité principale afin de redonner un nouveau souffle aux élèves. Nous considérons que l'élève est physiquement "actif".
10. **Transition, changement de postes:** Ce sont les moments durant lesquels l'élève passe d'un poste à l'autre, d'un niveau à un autre ou encore d'une activité à une autre. C'est un

déplacement dirigé vers un objectif précis. Nous considérons que l'élève est physiquement "actif".

11. Hors champ: Ce sont les moments où l'élève observé disparaît du champ de vision de notre caméra. Ne sachant pas ce qu'il fait précisément dans ces moments là, nous considérons que l'élève est physiquement "inactif".

Notre tableau se présente sous la forme suivante :

| Leçon n°3 / Date: 15.03.2016 / Discipline: Volley / Temps total: 25 minutes / Classe: 10V61 / Elève: Nils | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-----------|------------------------------|-------------|----------------|----------|------------------------|------------|--------------------------|----------|--------------------------|-------------|-----------------|-------------|------------------------------|----------|---------------------|--------------|--------------------------------------|------------|-----------------|-----------------|--|--|--|--|--|
| | 1. Consignes démo par l'enseignant | | 2. Mise en place - rangement | | 3. Echafaudage | | 4. Activité spécifique | | 5. Assaige par les pairs | | 6. Observation d'un pair | | 7. Eté atteinte | | 8. Feedback par l'enseignant | | 9. Activité annexes | | 10. Transition - changement de poste | | 11. Hors champs | | | | | | |
| | Début | Fin | Début | Fin | Début | Fin | Début | Fin | Début | Fin | Début | Fin | Début | Fin | Début | Fin | Début | Fin | Début | Fin | Début | Fin | | | | | |
| 1. Minutes | 0:56:37 | 00:57:11 | 00:54:11 | 00:54:11 | 00:54:44 | 00:54:44 | 00:58:10 | 00:58:10 | 00:58:10 | 00:58:10 | 00:58:10 | 00:58:10 | 00:58:10 | 00:58:10 | 00:58:10 | 00:58:10 | 00:58:10 | 00:58:10 | 00:58:10 | 00:58:10 | 00:58:10 | 00:58:10 | | | | | |
| 2. Minutes | 1:01:34 | 1:02:35 | 01:01:01 | 1:16:58 | 1:17:10 | 01:02:12 | 01:02:12 | 01:02:12 | 01:02:12 | 01:02:12 | 01:02:12 | 01:02:12 | 01:02:12 | 01:02:12 | 01:02:12 | 01:02:12 | 01:02:12 | 01:02:12 | 01:02:12 | 01:02:12 | 01:02:12 | 01:02:12 | | | | | |
| 3. Minutes | 1:07:59 | 1:08:20 | 00:02:21 | 1:18:05 | 1:18:53 | 00:00:48 | 0:59:09 | 0:59:20 | 0:00:28 | 1:04:45 | 1:05:05 | 0:00:22 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:58:59 | 0:59:08 | 0:00:09 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:08:20 | 1:08:45 | 0:00:25 | | | | | |
| 4. Minutes | 1:12:28 | 1:12:46 | 0:00:18 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:59:47 | 1:00:14 | 0:00:27 | 1:05:11 | 1:05:18 | 0:00:07 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:58:39 | 0:59:47 | 0:01:11 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:12:46 | 1:13:10 | 0:00:24 | | | | | |
| 5. Minutes | 1:16:15 | 1:16:29 | 0:00:14 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:00:23 | 1:00:40 | 0:00:17 | 1:05:25 | 1:05:36 | 0:00:11 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:00:14 | 1:00:23 | 0:00:09 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | | | | | |
| 6. Minutes | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:00:48 | 1:01:07 | 0:00:19 | 1:05:45 | 1:06:18 | 0:00:31 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:00:40 | 1:00:48 | 0:00:08 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | | | | | |
| 7. Minutes | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:01:13 | 1:01:28 | 0:00:15 | 1:06:48 | 1:07:01 | 0:00:13 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:01:07 | 1:01:13 | 0:00:06 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | | | | | |
| 8. Minutes | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:07:40 | 1:07:54 | 0:00:14 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:01:28 | 1:01:34 | 0:00:06 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | | | | | |
| 9. Minutes | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:09:38 | 1:10:12 | 0:00:34 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:09:15 | 1:09:41 | 0:00:26 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | | | | | |
| 10. Minutes | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:11:27 | 1:12:05 | 0:00:38 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:04:24 | 1:04:43 | 0:00:19 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | | | | | |
| 11. Minutes | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:13:55 | 1:14:08 | 0:00:13 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:05:05 | 1:05:11 | 0:00:06 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | | | | | |
| 12. Minutes | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:15:06 | 1:15:17 | 0:00:11 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:05:19 | 1:05:25 | 0:00:07 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | | | | | |
| 13. Minutes | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:05:36 | 1:05:45 | 0:00:09 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | | | | | |
| 14. Minutes | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:06:18 | 1:06:48 | 0:00:30 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | | | | | |
| 15. Minutes | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:07:01 | 1:07:40 | 0:00:39 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | | | | | |
| 16. Minutes | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:07:54 | 1:07:58 | 0:00:05 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | | | | | |
| 17. Minutes | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:08:45 | 1:08:36 | 0:00:53 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | | | | | |
| 18. Minutes | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:10:12 | 1:10:27 | 0:01:15 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | | | | | |
| 19. Minutes | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:12:05 | 1:12:28 | 0:00:23 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | | | | | |
| 20. Minutes | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:13:10 | 1:13:55 | 0:00:45 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | | | | | |
| 21. Minutes | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:14:08 | 1:15:06 | 0:00:58 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | | | | | |
| 22. Minutes | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:15:17 | 1:16:15 | 0:00:58 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | | | | | |
| 23. Minutes | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:16:29 | 1:16:58 | 0:00:29 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | | | | | |
| 24. Minutes | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 1:17:10 | 1:18:05 | 0:00:55 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | 0:00:00 | | | | | |
| TOTAL temps par activité | | Consignes | | Mise en pl. | | Echaf. | | Spécifique | | assaige | | observation | | en atteinte | | Feedback | | act. annexes | | Transition | | hors champs | | | | | |
| | | 0:02:28 | | 0:01:44 | | 0:02:50 | | 0:04:06 | | | | 0:00:00 | | 0:10:09 | | | | | | 0:01:44 | | 0:00:00 0:23:00 | | | | | |



Leçons n°3 / Date: 15.03.2016 / Discipline : Volley / Temps total : 25 minutes / Clas:

| | | 1. Consignes /dém par l'enseignant | | Temps total | 2. Mise en place - rangement | | Temps total |
|---------------------------------|---------|---------------------------------------|----------|------------------|---------------------------------|----------|-------------|
| | | Début | Fin | | Début | Fin | |
| 1. | Minutes | 0:56:37 | 00:57:11 | 0:00:34 | 00:53:27 | 00:54:11 | 0:00:44 |
| 2. | Minutes | 1:01:34 | 1:02:35 | 0:01:01 | 1:16:58 | 1:17:10 | 0:00:12 |
| 3. | Minutes | 1:07:59 | 1:08:20 | 0:00:21 | 1:18:05 | 1:18:53 | 0:00:48 |
| 4. | Minutes | 1:12:28 | 1:12:46 | 0:00:18 | | | 0:00:00 |
| 5. | Minutes | 1:16:15 | 1:16:29 | 0:00:14 | | | 0:00:00 |
| | | | | Consignes | Mise en pl. | | |
| TOTAL temps par activité | | | | 0:02:28 | 0:01:44 | | |

En résumé, nous poserons un ordinateur ou une tablette au coin de la salle pendant que nous donnerons une leçon d'éducation physique. Cette vidéo nous permettra de revisualiser notre période tout en chronométrant notre élève *moyen* et en plaçant les minutes passées dans la catégorie correspondante. Grâce à Excel, nous obtiendrons sans attendre le temps total de la leçon et les minutes durant lesquelles l'élève se trouve dans chaque catégorie. Par la suite nous pourrions encore transformer ces minutes en pourcentage pour que les résultats soient plus facilement comparables entre les différentes leçons données. De cette manière nous découvrirons le temps en mouvement de cet élève dit *moyen* selon le thème développé dans chaque cours.

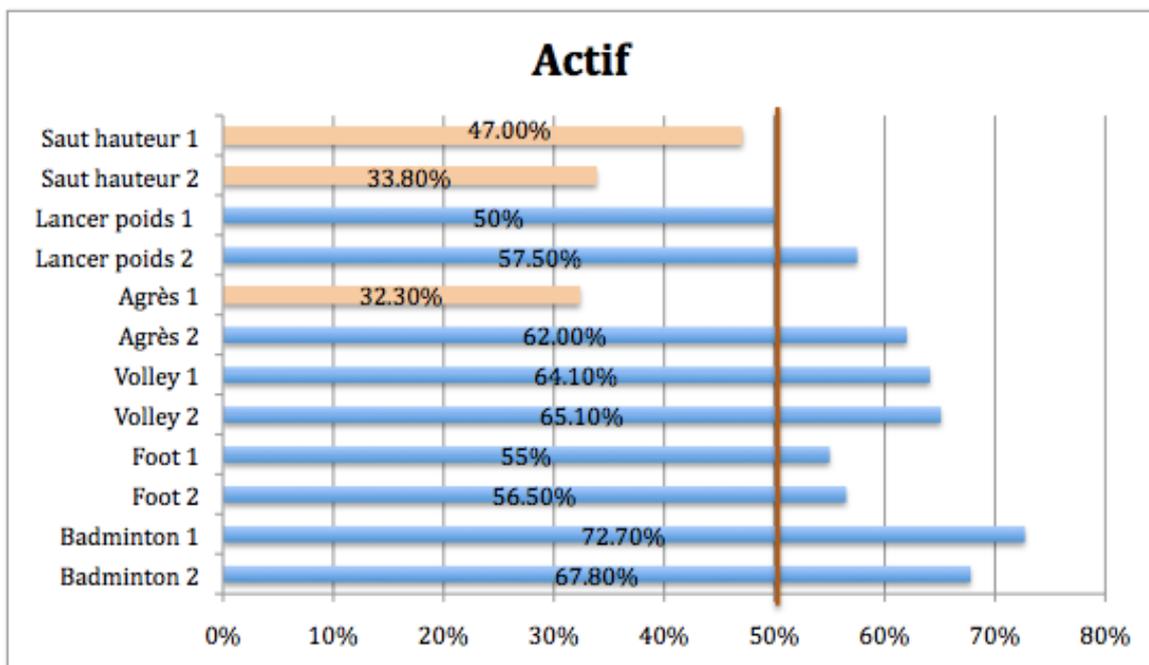
3) Analyse des résultats

Il est important désormais de procéder à l'analyse des observations pour donner sens aux différents résultats récoltés sur les terrains de nos classes respectives. Au vu des limites que nous a imposé la technique de "l'autofilm", nous avons dû prendre la décision de délimiter le cadre de la recherche à la première et à la dernière leçon de chaque cycle. Bien que chacune d'entre nous avait pour objectif de filmer toutes les leçons d'un cycle, soit entre trois et quatre leçons, nous avons dû nous rendre à l'évidence que tous les films entrepris ne pouvaient malheureusement être valides pour notre travail. Voici un bref aperçu des problèmes rencontrés : Élèves bougeant le support vidéo; élèves déposant pull ou autre sur la caméra de l'ordinateur; ordinateur "bousculé" par ballon ou joueur; film ne démarrant pas. Cette limite sera évoquée plus en détail au chapitre "discussion et conclusion". Étant donné que ces imprévus ont tous eu lieu, par chance, lors de leçons situées en milieu de cycle, nous avons décidé de nous concentrer sur les premières et les dernières leçons de chaque cycle. De plus, après observation des leçons, nous avons pu constater que "nos" leçons de milieu de cycle sont une moyenne de la première et de la dernière leçon donnée. Étant deux enseignantes novices, nous avons pu remarquer que lors de nouvelles disciplines à enseigner, la première leçon n'est pas toujours la meilleure. En effet, nous testons les élèves, créons notre évaluation diagnostique et devons bien souvent adapter nos tâches d'apprentissage sur le moment selon le niveau des apprenants. Cette tâche n'est pas évidente pour des enseignantes débutantes comme nous. Il nous paraît donc plausible que nos premières leçons soient moins efficaces en terme de mouvement que les leçons suivantes. Quant à la dernière leçon, tant les élèves que l'enseignant sont au clair sur l'objectif à atteindre et efficaces dans l'activité spécifique entraînée. La mise en place du matériel, par exemple, devient une routine de plus en plus précise au fil des séances - les moments d'inactivité devraient donc prendre de moins en moins de temps au fil des cours enseignés. Nos propos ci-dessus se trouvent confirmés par l'analyse de nos observations, à une exception prêt (badminton), comme nous le montre le graphique n°1. Précisons que dans la suite de notre travail ainsi que dans les différents graphiques utiles, nous nommerons la première leçon du cycle avec le chiffre 1 et la dernière avec le chiffre 2, tel que : *après 1* étant la première leçon du cycle et *après 2* la dernière.

Nous tenterons, grâce à l'analyse de nos observations, de répondre d'une part à notre question de recherche qui consiste à découvrir si nos apprenants bougent 50% du temps ou plus durant une leçon d'éducation physique préparée par nos soins. Dans un deuxième temps,

nous confirmerons ou infirmerons notre hypothèse selon laquelle le pourcentage de temps durant lequel notre classe bouge sera moins élevé en agrès ou athlétisme que durant une période de jeux.

A notre grande surprise, il y a très peu de leçons, englobant la première et la dernière leçon du cycle, pendant lesquelles le temps en mouvement n'atteint pas la recommandation irlandaise, comme le démontre le graphique n°1. Ce résultat nous étonne, d'une part suite aux pourcentages très bas que nous avons récolté en Irlande et d'autre part en raison de notre petite expérience en tant qu'enseignante d'éducation physique. Grâce aux données récoltées nous tenterons de comprendre grâce à quelles situations d'apprentissage, routines ou catégories observées, nos pourcentages de temps en mouvement des élèves se trouvent être si hauts.

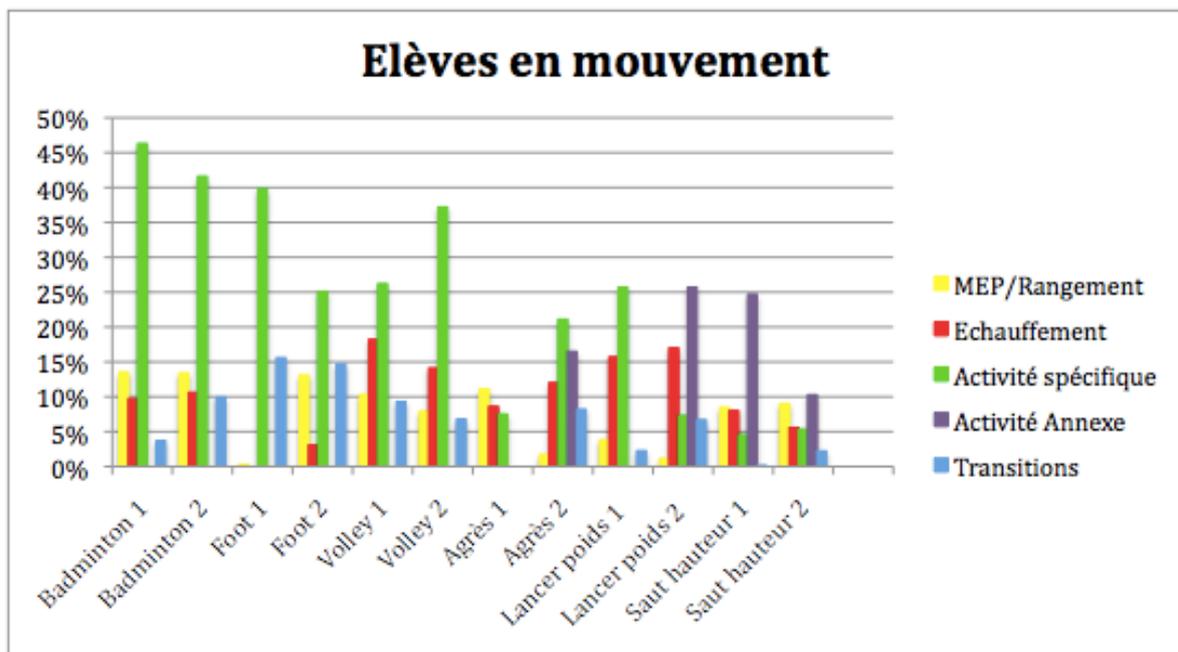


Graphique n° 1

Ce graphique nous permet effectivement de voir très clairement que sur douze leçons analysées, seulement trois d'entre elles n'atteignent pas les 50% de temps en mouvement requis Outre-Manche. Les trois leçons durant lesquelles les élèves ne sont pas en mouvement plus de la moitié du temps se situent toutes dans la catégorie *agrès/athlétisme*, les deux premiers cas étant le *saut en hauteur* et le troisième les *agrès*. Le *badminton*, au contraire, sort du lot avec un taux de mouvement très élevé : lors de la première leçon du cycle les élèves se sont effectivement dépensés pendant plus de 72% du temps total et lors de la dernière leçon de cette discipline sportive pendant près de 68% du temps total. Ces deux pourcentages représentent effectivement le taux de participation le plus élevé. Bien que cela signifie que les

élèves ont beaucoup bougé, cela ne signifie pas qu'ils ont forcément appris ou perfectionné leur technique. Comme expliqué au début de ce travail, que les élèves réalisent l'exercice demandé correctement ou non nous importe peu, car nous tentons de découvrir le temps en mouvement effectif des élèves.

Grâce à quelles catégories observées a-t-on donc réussi à atteindre un temps en mouvement supérieur à 50% dans presque toutes nos leçons observées? L'idéal serait que l'élève ait été actif la majeure partie du temps dans la catégorie *activité spécifique*. En effet, ceci signifierait que l'élève était engagé efficacement dans la tâche spécifique.



Graphique n°2

Sur ce graphique qui détaille de quelle manière les élèves ont été en mouvement durant les différentes leçons, nous constatons effectivement que la barre verte, qui représente le temps en mouvement des élèves dans l'activité spécifique, surpasse presque dans tous les sports les autres catégories observées. Dans toutes les disciplines sportives désignées comme *jeux*, le temps en mouvement dans l'activité spécifique est très important. Cette tendance est également visible lors de deux autres leçons : *agrès 2* et *lancer de poids 1*. Cependant ce taux d'activité n'est pas forcément plus haut dans la dernière leçon du cycle que dans la première comme prédit. En effet, en *badminton*, la dernière leçon du cycle a passablement moins d'activité spécifique alors que les autres catégories visibles dans ce sport n'évoluent pas vraiment. Cette tendance à la baisse peut être expliquée par la différence de style de jeu proposé dans ces deux leçons. En effet, dans les deux premières leçons du cycle l'enseignante a privilégié le 1 contre 1 pour que les élèves touchent le plus possible le volant et s'habituent

aux spécificités de ce jeu. Au fil des séances, elle a fait évoluer les matchs en demandant aux élèves de jouer en 2 contre 2, ceci en prévision de l'objectif de fin de cycle : les joutes de badminton en double.

Enfin, lors de la dernière leçon, les équipes évoluaient dans les conditions des joutes, soit des matchs ou deux équipes de trois joueurs chacune se confrontaient. En effet, n'ayant que deux salles disponibles lors des joutes, le nombre de terrains limitait le nombre d'équipes. Les équipes étaient formées de trois joueurs. Un tournis entre les joueurs devait donc s'opérer à chaque reprise de service. C'est pourquoi le taux de participation lors de l'activité spécifique de cette dernière leçon du cycle diminue. Un élève par équipe ne touchait pas le volant durant l'échange.

La même tendance à la baisse est visible lors des leçons de *football*. Cette fois-ci cependant, une catégorie quasi invisible lors de la première leçon du cycle apparaît lors de la dernière; contrairement à notre prédiction, la mise en place et le rangement du matériel prennent effectivement plus de temps en *foot 2* et diminue ainsi le temps en mouvement dans l'activité spécifique. Dans ce cas précis, lors de la première leçon des situations à titre diagnostique ont alors été réalisées ainsi qu'un match avec les petits buts de unihockey rapidement mis en place. Il est souvent observé dans le foot, qu'au fil des leçons le matériel qui sera utilisé lors des joutes est de plus en plus souvent mis en place. Ainsi les "vrais" buts doivent être sortis, construits et remis dans le garage à la fin de la leçon. Il se peut également, selon le thème de la leçon, que des buts tels que des caissons ou des bancs soient mis en place. Ce "petit" matériel prend effectivement beaucoup moins de temps à être mis en place et permet donc à l'entier de la classe de perdre moins de temps sur les minutes consacrées au jeu.

Au contraire des deux activités détaillées ci-dessus, les élèves ayant suivis le cours de *volley* ont, comme prédit, plus joué lors de la dernière leçon. Le volley est un sport très technique qui demande beaucoup d'explications lors des premières leçons jusqu'à ce que le jeu devienne vraiment intéressant. Après plusieurs séances, les consignes prennent donc moins de temps et les élèves peuvent réellement s'adonner au jeu. La dernière leçon du cycle a d'ailleurs été consacrée à un tournoi où les élèves avaient l'opportunité de se mesurer à leurs camarades de classe. Le temps consacré au jeu est bel et bien plus élevé ainsi que les transitions inhérentes. A chaque fois que les adversaires changeaient, les élèves devaient effectivement se déplacer sur un autre terrain.

En *agrès*, nous observons également une augmentation très nette de la participation des élèves à l'activité spécifique lors de la dernière leçon. Nous expliquons cette

augmentation par le fait que—l’entraînement de notre classe aux différents mouvements spécifiques à cette discipline demande beaucoup de consignes préalables à l’activité : tant sur le plan de la sécurité, de la mise en place du matériel, des exercices et enfin des objectifs, des règles très précises doivent être expliquées. En plus de cela, ce sport se pratique généralement par postes. Certains élèves faisant davantage appel à leur mémoire visuelle, notre devoir est donc de démontrer chaque poste afin que les élèves puissent se représenter clairement l’exercice qui est attendu. Lors du dernier cours d’un tel cycle, l’élève est généralement “rodé”, il a déjà réalisé la plupart des exercices demandés, il sait assurer ses camarades et connaît les objectifs de fin de cycle. Un gain de temps important est donc gagné lors de la mise en place et du rangement du matériel, ainsi que sur les consignes utiles. Le nombre de postes utiles à chacun des niveaux que les élèves présenteront, peut également être ajusté afin que l’effectif d’élèves par poste soit adapté et leur offre ainsi un rendement maximum.

En règle générale les élèves disposaient de six postes, répartis selon les mouvements à présenter pour l’évaluation cantonale, soit :

- Niveau 1 : Rotation en avant hauteur poitrine; barre + deux petits tapis disposés sous la barre. Un à deux postes étaient mis en place.
- Niveau 2 : Montée du ventre avec condition facilitée; barre + un petit tapis + un caisson dont le couvercle est utilisé comme rampe. Deux postes étaient mis en place.
- Niveau 3 : Montée du ventre sans aide; une barre + 2 petits tapis. Un à deux postes étaient mis en place.
- Niveau 4 : Soleil; une barre + 2 petits tapis. Un seul poste mis en place au vu du peu d’élèves réussissant les niveaux précédents.

Une photo de la disposition des postes est disponible dans les annexes.

Malgré un nombre de postes par niveau réfléchi et une préparation effectuée minutieusement, le premier cours d’après d’un cycle rimera toutefois souvent avec un faible pourcentage de mouvement.

Cependant, nous constatons avec étonnement que la tendance exactement inverse est visible en *lancer du poids*. Nous expliquons cette inversion du fait que plusieurs élèves peuvent lancer leur boulet en même temps, alors qu’aux agrès un poste n’est réalisable que par une seule personne à la fois. La participation est donc dans tous les cas plus élevée en lancer du poids. En plus de cela, la dernière leçon a été consacrée à la prise de distance qui sera comptabilisée pour les joutes de fin d’année. Les élèves n’avaient donc que trois essais et ont en moyenne tiré cinq fois seulement, échauffement compris. Le premier cours, au

contraire, était un renforcement musculaire lié au lancer du poids ; les apprenants évoluaient durant une minute à différents postes et disposaient de trente secondes pour se déplacer d'un poste à l'autre. Ils se trouvaient donc presque toujours en mouvement et ce dans l'activité spécifique demandée.

En *saut en hauteur*, le taux d'activité spécifique est très bas dans les deux leçons. N'ayant que deux paires de poteaux à disposition pour positionner l'élastique, les élèves ont un taux d'attente très important dans ce sport. Afin de limiter l'attente, une des possibilités est d'organiser une ou plusieurs activités secondaires que la classe peut réaliser soit après avoir sauté (comme une sorte de parcours), soit au travers d'un jeu auquel la moitié de la classe joue pendant que l'autre moitié s'entraîne à l'activité spécifique. Dans le graphique n°2, la barre violette qui représente cette activité secondaire surpasse effectivement l'activité principale dans les deux cours de saut en hauteur. Cette tendance s'explique tout simplement par le peu de fois que les élèves sautent réellement durant une leçon - les élèves bougent donc de toute façon plus durant l'activité secondaire que pendant l'activité principale où ils ne peuvent malheureusement pas réaliser autant de sauts que nous le désirerions.

L'activité annexe obtient un pourcentage très élevé dans le dernier cours du cycle de *lancer du poids*. Comme mentionné plus haut, cette séance était consacrée à la prise de mesure. Ainsi, après avoir tiré et obtenu leur distance respective, les élèves avaient une deuxième activité organisée pour ne pas devoir attendre que l'entier de la classe finisse ses trois essais à disposition.

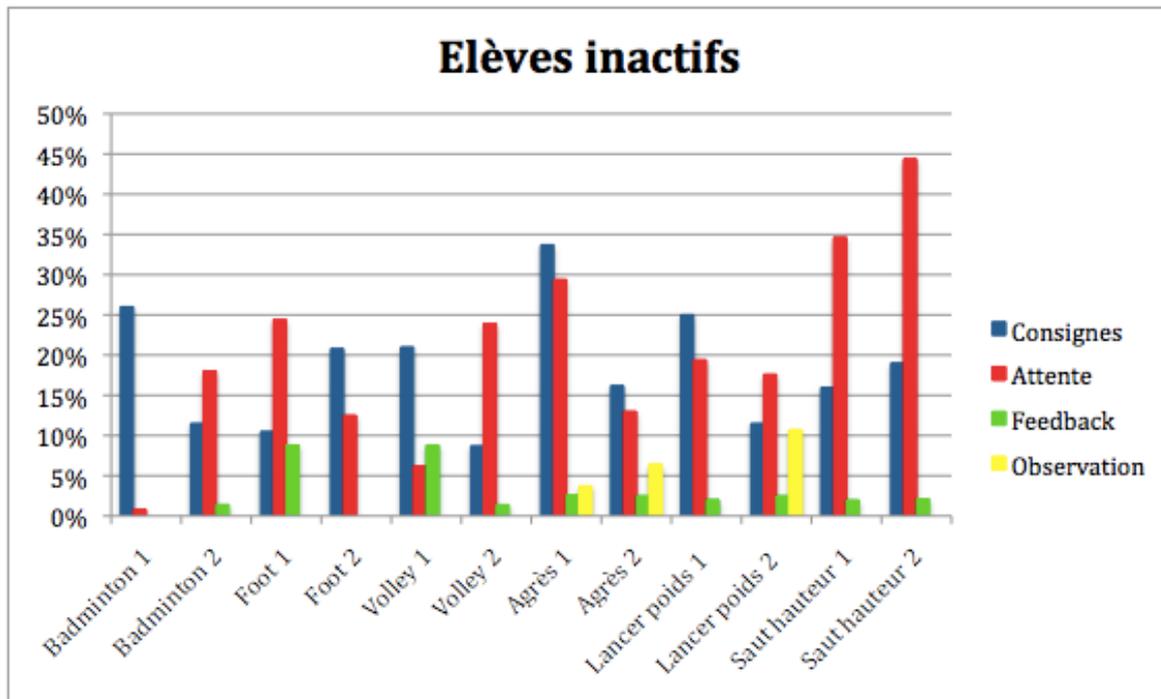
Exactement la même problématique peut être observée dans la leçon *agrès 2*. Comme en lancer du poids, l'activité annexe prend une place particulièrement importante. Dans ce cas précis, l'activité annexe s'est déroulée en milieu de leçon d'agrès sous forme de jeu. En constatant une baisse de motivation, de concentration et d'investissement de la part de la majorité des élèves, l'enseignante a décidé de couper la leçon d'agrès par un jeu impliquant toute la classe. Le but de la démarche était donc de changer les idées des élèves, leur permettre de se défouler quelques minutes pour mieux revenir dans l'activité spécifique ensuite.

Dans les activités de *jeux*, aucune activité secondaire n'a été organisée. En effet, dans les leçons observées, l'organisation était de type frontale, c'est-à-dire que tous les élèves réalisent la même activité proposée, tous sont obligés d'être impliqués dans l'exercice spécifique. L'organisation est d'ailleurs rarement par postes dans ce type d'activité, l'apprentissage par le jeu étant au goût du jour et l'attente quasi inexistante.

Une catégorie qui n'a pas encore été mentionnée mais qui est significativement plus importante dans les mêmes activités sportives susmentionnées est l'échauffement. Alors que dans les différents jeux observés, seulement environ trois minutes sont consacrées à l'échauffement, presque huit minutes sont atteintes en *agrès* ou en *lancer du poids*. Cette différence démontre que les deux activités dans lesquelles l'échauffement prend plus de temps, contiennent des mouvements très spécifiques. En effet, il est rare que les élèves réalisent les mouvements spécifiques à ces pratiques sportives. Il est ainsi du devoir de l'enseignant d'organiser un échauffement en conséquence afin de prévenir tout risque d'accidents. Ces risques sont moins importants dans les activités de jeux, telles que le football ou encore le badminton. Ces jeux sont en effet plus souvent reproduits à l'extérieur de l'enceinte scolaire par les élèves, étant des sports à jouer à plusieurs et ne demandant pas beaucoup de matériel. Les jeunes sont d'une part habitués aux mouvements imposés lors de ces leçons et d'autre part les contacts sont exclus durant les exercices techniques de début de leçon. Nous avons également pu observer que lors de leçons d'agrès ou d'athlétisme, nous (enseignantes que nous sommes) avons tendance à privilégier un échauffement ludique sous forme de jeu par exemple. Dans le cas des leçons d'agrès observées, cette dernière étant non mixte et donc composée exclusivement de filles, l'échauffement s'est parfois déroulé en musique sous forme de cours de Zumba. Lors de leçons de jeu, nous avons pu constater que nous avons davantage tendance à réaliser un échauffement rapide et efficace, de type tours de terrain et échauffement des articulations spécifiques, étant donné que le reste de la leçon comporterait passablement de jeu, l'échauffement pouvait en effet être moins ludique. Selon si la leçon a lieu en 2ème partie d'une leçon double, il se peut qu'aucun échauffement n'ait lieu étant donné que les élèves ont d'ores et déjà été en activité durant une trentaine de minutes. Nous reviendrons sur ce biais en détail au chapitre "limites et discussion".

Dans les différents sports observés, les élèves sont donc en mouvement plus de 50% du temps surtout grâce à l'activité spécifique qui anime la plupart du temps de la période. En deuxième position et uniquement dans les pratiques sportives d'*agrès/athlétisme*, l'activité secondaire occupe une place prépondérante et l'échauffement prend également plus de temps que dans les sports considérés comme *jeux*.

Mais quelles sont les catégories observées durant lesquelles l'élève est inactif, qui obtiennent le plus haut pourcentage durant nos leçons dispensées?



Graphique n°3

Comme le représente le graphique n°3, deux catégories dans lesquelles l'élève est considéré comme "inactif" ressortent majoritairement. Premièrement, les *consignes* et ensuite l'*attente*. Penchons-nous d'abord sur la catégorie mise en évidence en bleu, soit les *consignes*.

De manière générale, ces moments sont évidemment présents dans toutes les leçons observées. Quelle que soit la leçon, l'enseignant doit obligatoirement, à un moment ou à un autre, émettre des consignes afin que les élèves sachent quoi faire pour, tout simplement, que la leçon fonctionne. Des démonstrations faites par l'enseignant lui-même ou par des élèves peuvent également prendre plusieurs minutes. Ces consignes données en mouvement se révèlent être très importantes, car les neurones miroirs des apprenants sont ainsi mises en activité. Les humains acquièrent effectivement de nouveaux gestes grâce à des capacités d'imitation et de reproduction d'actions observées chez d'autres humains. Rizzolatti, Fadiga, Gallese, & Fogassi (1996) prétendent même que les neurones miroirs s'activent non seulement lorsqu'un individu exécute lui-même une action mais aussi lorsqu'il regarde un congénère exécuter le même mouvement. Ce type d'apprentissage est également appelé "apprentissage vicariant". Nous remarquons donc que la catégorie "consignes" prend une place importante dans la leçon agrès 1, où ces démonstrations occupent effectivement une place prédominante. Ce résultat nous étonne peu. En effet, lors d'une première leçon d'agrès, les élèves redécouvrent ou découvrent une nouvelle discipline, un nouveau matériel et une nouvelle manière de travailler. Ainsi, de la mise en place du matériel à l'énonciation et la

démonstration de l'objectif, en passant par les notions primordiales de sécurité, les démonstrations des différents postes et exercices, il est certain que les consignes peuvent demander de longues et précieuses minutes. De plus, bien souvent une activité annexe est mise en place durant la leçon d'après, ce qui apporte inmanquablement des explications supplémentaires. Il est intéressant de noter que lors de la dernière leçon d'après, le temps imparti aux consignes diminue de plus de la moitié: 33,7% lors de la leçon d'après 1 contre 16,2% lors de la leçon d'après 2. Les élèves sont à présent habitués à mettre en place le matériel, connaissent les règles de sécurité et d'assurance ainsi que les exercices et objectifs. Ces "progrès" réalisés par les élèves permettent d'accorder moins de temps aux consignes.

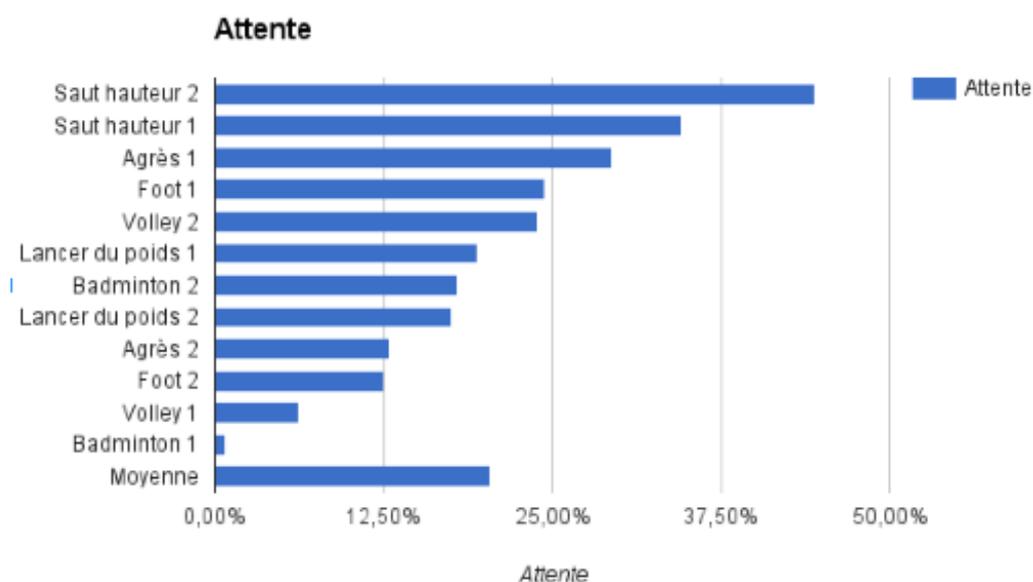
La leçon *foot 1* quant à elle est composée de 10,50% de consignes contre plus de 20% dans la leçon *foot 2*. Ceci s'explique par le fait que cette première leçon a été consacrée à une évaluation diagnostique afin de découvrir leur niveau, plus spécifiquement leurs faiblesses ou lacunes à entraîner à l'avenir. La dernière leçon du cycle étant un mini tournoi, beaucoup de consignes ont dû être données pour le bon déroulement de cette période de jeu. Dans un premier temps, les règles propres aux joutes ont été revues dans leur ensemble. Inévitablement, les questions relatives à l'organisation des joutes ont dû être réglées. Puis, en cours de jeu, des explications supplémentaires et précises ont dû être redonnées concernant le bon déroulement des changements de joueurs dans chacune des équipes, afin que tous participent activement aux joutes. Si ce temps n'est pas pris, le risque est que l'élève le plus faible ne joue jamais et se retrouve toujours sur le banc de touche.

Le phénomène exactement inverse est observable dans les leçons de *badminton* ou encore de *volley*. Un temps imparti plus élevé pour les consignes est utilisé lors de la première leçon de ces deux cycles en comparaison à la dernière. Ces deux activités sportives sont moins connues par les élèves que le football - les règles ne sont pas aussi évidentes et les élèves ne connaissent pas tous les mouvements de base de ces deux sports. En badminton, nous devons effectivement leur expliquer minutieusement la manière dont un service doit être exécuté : la plupart, sans consignes, réalisent un service par le haut comme en tennis, sport plus médiatisé. En volley, il y a beaucoup de mouvement techniques, tels que la passe haute ou encore la manchette. Sans démonstrations ni explications, il est impossible pour les élèves de réaliser ces gestes de manière correcte. Lors de la dernière leçon de ces deux cycles, les mouvements propres à ces deux sports ont déjà été entraînés, corrigés et les élèves peuvent donc ainsi réaliser un tournoi sans avoir à écouter des consignes techniques. La dernière leçon contient donc naturellement un pourcentage moins élevé de *consignes* dans ces deux sports.

En *lancer du poids*, comme observé en *agrès*, la première leçon du cycle obtient un pourcentage bien plus élevé de consignes que la dernière. Comme décrit dans la préparation de cette période en annexe, ce cours est destiné à un renforcement musculaire lié à cette discipline et cette activité est organisée par postes. L'explication précise de chacun de ces postes à l'aide d'une démonstration réalisée par des élèves a effectivement pris beaucoup de temps. La dernière leçon, quant à elle, était organisée afin de mesurer la distance maximale de lancer de chaque élève. Il n'y avait donc pas énormément de consignes à donner, mise à part l'explication de l'activité secondaire et la manière de mesurer les distances.

En *saut en hauteur*, il n'y a pas de différence significative dans le temps adonné aux consignes entre la première et la dernière leçon du cycle. Dans ce cas précis, notre hypothèse se trouve infirmée, car l'organisation inhabituelle de cette leçon 2 de saut en hauteur a perturbé le déroulement prévu. En effet, la salle de gymnastique étant occupée, l'enseignante s'est vu obligée de donner son cours dans le dojo du collège; un espace restreint ne permettant pas de mettre en place une activité annexe.

Dans le but d'obtenir une vision globale du temps durant lequel les élèves passent sans bouger, nous avons édité le graphique n°3. Il est alors intéressant de relever que le temps d'attente, apparaissant en rouge, prédomine les autres catégories au même titre que les consignes. Afin d'avoir une vision plus détaillée de cette catégorie, nous avons édité le graphique ci-dessous. Les activités y sont classées par ordre croissant, du pourcentage d'attente le plus élevé au moins élevé.



Graphique n°4

De la même manière que pour les consignes, la catégorie *attente* se retrouve dans chacune des activités observées. Il est en effet difficile de ne pas avoir d'attente du tout : il y a toujours des petits moments de latence pendant et entre les différentes activités proposées. Dans l'idéal, chaque enseignant voudrait néanmoins diminuer les temps d'attente au maximum. Si ces temps de latence sont trop nombreux, il y a un grand risque pour que le cours ne se déroule pas comme prévu. En effet, ces moments d'attente sont ennuyeux pour les élèves, car ils n'ont aucune tâche à réaliser. Le risque encouru consisterait dans l'apparition de plusieurs conflits que l'on devrait gérer en plus de la leçon enseignée. Afin d'éviter ces conflits, un réel sens doit être donné aux tâches proposées pour éveiller la motivation des élèves. L'attente pure est donc à l'antipode de cette "recette magique". (Astolfi, 2008; MSEPS31, 2015)

Nous constatons néanmoins que lors de la leçon *Badminton 1*, un pourcentage d'attente dérisoire d'un peu plus de 1% du temps total a été constaté. Comme expliqué plus haut, ce pourcentage très bas est lié à la forme de jeu 1 contre 1 qui oblige les élèves à se déplacer sans cesse sur le terrain afin de renvoyer le volant dans le camp adverse. Cette forme de jeu crée en plus de cela une interdépendance entre élèves : si l'un des deux ne respecte pas les règles ou fait exprès de ne pas renvoyer le volant, l'adversaire va être lassé. Ainsi, les camarades se motivent entre eux, pour qu'un vrai échange naisse. Le pourcentage d'attente augmente cependant beaucoup lors de la dernière leçon du cycle du même sport. En effet, comme expliqué plus haut, l'objectif de fin de cycle est de faire jouer les élèves aux joutes sportives en 2 contre 2, avec les équipes des joutes composées de trois joueurs. Cette dernière leçon de cycle consistait alors en un entraînement dans les conditions de joutes. Ainsi, en plus d'opérer des rotations de joueurs à chaque service repris, les matchs sont chronométrés obligeant les élèves les plus rapides à attendre le coup d'envoi du match suivant. Ces petits temps de latence accumulés augmentent effectivement de plusieurs minutes le temps durant lequel les élèves se trouvent dans la catégorie *attente*.

Contrairement au *badminton*, le *football* connaît un temps d'attente plus long lors de la première leçon. Ceci peut s'expliquer, après analyse de la vidéo, par le fait que l'élève observé soit moins à l'aise durant cette première leçon. En effet, lors des différents exercices diagnostiques visant à statuer le niveau technique de la simple passe en foot, l'élève est inactif dès le ballon shooté. Il attend donc que son camarade récupère le ballon, bien souvent parti à l'autre bout de la salle, et le renvoie. En seconde partie de leçon dédiée à des matchs dans le but d'observer le comportement des joueurs, nous avons pu constater que l'élève observé semblait souvent perdu, ne sachant pas où se placer et que faire sur le terrain. Tous ces

éléments ont engendré passablement de moments durant lesquels l'élève semblait "attendre", ou peut-être tout simplement tentait-il de comprendre le jeu qui se construisait autour de lui.

Lorsque nous observons les données de la catégorie *attente* en *volley*, nous constatons que la même tendance qu'en *badminton* est visible : la dernière leçon du cycle contient bien plus d'attente que la première. Cette tendance peut être expliquée de la même manière que pour le sport de renvoi décrit plus haut. Le volleyball étant un sport très technique, l'enseignante a axé le jeu sur des formes de 1 contre 1 voire par la suite de 2 contre 2 lors des premières leçons. Le tournoi cependant lui se jouait avec 4 joueurs par équipe. Cette grande différence de participants sur le terrain permet aux élèves de construire un jeu proche de la réalité mais les empêche malheureusement de toucher le ballon aussi souvent que lors des premières leçons. Rajoutons à cela que, comme au foot, les matchs étaient minutés et que les élèves devaient attendre le coup de sifflet du maître afin de pouvoir engager. Ces pertes de temps de jeu répétées font également monter le pourcentage du temps durant lequel les apprenants sont en attente.

Comme expliqué plus haut, le temps d'attente est plus élevé dans les catégories que nous allons dès à présent analyser et qui sont les *agrès*, le *lancer du poids* et le *saut en hauteur*. La forme de travail par postes qui est utilisée pour les leçons d'*agrès*, afin de pouvoir travailler plusieurs mouvements lors de la même séance, augmente le temps d'attente des élèves durant la leçon. En effet, lorsqu'un camarade essaye le mouvement demandé à un engin, les autres qui se déplacent avec lui, soit le regardent et attendent, soit l'assurent. Nous constatons néanmoins que dans la leçon *agrès 2*, le temps d'observation par les pairs est davantage marqué que lors de la leçon 1. Ceci s'explique par le fait que l'enseignant avait mis en place un réel travail d'observation par les pairs. L'évaluation était en effet notée par l'enseignant lui-même d'une part, puis par les camarades de classe. Cette méthode permet de diminuer l'attente pure et légitime la place de l'élève dans un autre contexte d'apprentissage (en tant que coach ou "juge"). Bien que cette approche atténue les moments d'attente, elle n'empêche malheureusement pas que ces leçons d'*agrès* présentent un taux élevé de moments où les apprenants se trouvent inactifs. Dans la mesure du possible, il serait également très positif de pouvoir utiliser davantage les technologies telles que les tablettes. En effet, cet outil offre une alternative utile à l'autonomisation et à l'apprentissage des élèves. N'oublions pas de préciser que même si nous pouvions nous appuyer sur plus de matériel, les élèves ne pourraient pas réaliser beaucoup plus de figures. Cette activité sportive nécessite certes un investissement très bref, mais est extrêmement intensif. Pour des élèves n'ayant pas l'habitude

de s'entraîner aux agrès, les quelques postes à réaliser sont très intenses en terme d'énergie recrutée et s'ils s'exercent trop, le risque de chutes augmente drastiquement.

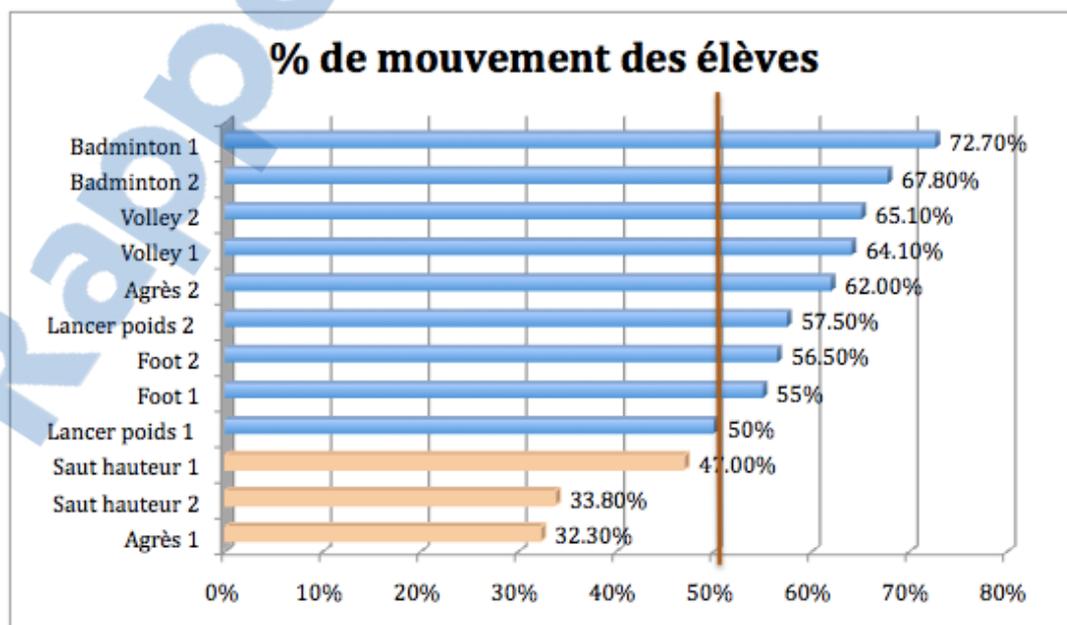
Lorsque l'on compare les deux périodes de *lancer du poids*, il n'y qu'une petite différence de temps d'attente qui apparaît. La première période, comme décrite plus haut, était organisée par postes. Durant les secondes qui étaient réservées à la transition entre les différents postes, il y a avait donc à chaque fois quelques instants d'attente, le temps que le départ suivant soit donné. Lors de la dernière leçon, le but était de mesurer le meilleur jet de chacun afin de pouvoir comptabiliser ce résultat pour les joutes d'athlétisme en fin d'année. Cinq élèves tiraient donc en même temps, alors que cinq autres mesuraient la distance et leur renvoyaient le boulet. Pendant ce temps, les tireurs n'avaient rien à faire et se trouvaient donc dans la catégorie *attente*. Parallèlement, l'activité secondaire de la balle au capitaine avec un medicine ball était organisée. Bien que ce jeu permette aux élèves de bouger, il y a tout de même quelques temps de latence visible lorsqu'on observe notre élève *moyen* : lorsqu'un point est marqué et qu'il y a engagement ou encore lorsque le ballon est loin de notre élève observé. Malgré l'entreprise d'une activité secondaire, les temps d'attente sont donc tout de même bel et bien présents.

Le *saut en hauteur* est l'activité physique proposée où le pourcentage d'attente est le plus élevé. N'ayant que deux installations à disposition, les apprenants sont effectivement souvent en train d'attendre leur tour pour sauter. La différence d'attente est cependant significativement plus élevée lors de la dernière leçon. La prise de hauteur pour les joutes a effectivement dû être organisée dans le dojo du collège, comme expliqué précédemment. Deux installations étaient tout de même mises en place, afin de permettre aux élèves de s'entraîner sur l'une des stations pendant que l'enseignant prenait les hauteurs sur l'autre. Cette organisation inhabituelle nous a donc permis de prendre les hauteurs et de ne pas perdre de semaine sur le programme annuel.

L'*attente* et les *consignes* sont donc les moments qui obtiennent le pourcentage le plus élevé dans les catégories "d'inactivité" durant les différentes leçons observées. La catégorie *observation* recueille un pourcentage très bas, car nous l'avons utilisée en agrès et en saut en hauteur seulement, ceci afin de limiter l'attente aux postes. Nous ne l'avons pas mise en place dans les périodes de jeux, bien que nous soyons consciente que l'observation se prête également très bien à l'apprentissage et à l'évaluation des jeux. La catégorie *feedback de l'enseignant* révèle également un pourcentage très bas. Nous pensons que ce pourcentage augmentera au fil des années avec notre expérience. Pour le moment, nous ne sommes pas encore à l'aise et omettons de prendre du temps, pourtant si important, pour donner un retour

aux élèves sur leur performance. Après réflexions, il nous est apparu que nous avons sans cesse cette crainte de perdre de précieuses minutes. Pourtant, un feedback bien placé et bien donné peut réellement aider l'élève à corriger ses erreurs ou alors à se sentir valorisé.

Un point que nous ne pouvons pas du tout analyser dans notre travail, mais qui a sans aucun doute beaucoup d'influence sur le temps en mouvement des élèves, est l'enseignant lui-même. En effet, certains maîtres préparent une leçon plutôt dans le but d'être animateur et ainsi laisser les élèves s'amuser. Lorsque ce maître doit cependant donner une leçon plus précise comme en agrès ou athlétisme, il ne saura pas comment donner les ressources et les conseils nécessaires pour que les élèves s'améliorent. Il les regardera donc essayer de réaliser des mouvements, mais sans être là pour les entourer et les guider. Pourtant, dans des activités, telles que le lancer du poids ou le saut en hauteur, qui ne sont pas très appréciées des élèves, l'enseignant se doit d'être présent afin de donner du rythme à la leçon. De cette manière-là, les élèves bougeront également plus. Ils doivent en effet connaître toutes les règles d'apprentissage de la leçon, c'est-à-dire, les buts, les critères de réussite et les critères de réalisation. (MSEPS31, 2015) Le maître n'étant pas présent pour les guider, les élèves ne peuvent pas connaître ces critères pourtant si importants, afin qu'un but précis leur soit donné. Ces diverses analyses nous amènent à confirmer notre hypothèse selon laquelle le pourcentage du temps durant lequel notre classe est en mouvement sera moins élevé en agrès ou athlétisme que durant une période de jeux. Nous constatons effectivement que les périodes de jeux permettent en moyenne à notre élève *moyen* de plus bouger, comme le démontre le graphique 5 ci-dessous.



Graphique n°5

Ce tableau nous présente les douze leçons de manière ordonnée, de la leçon ayant offert le pourcentage de temps de mouvement le plus élevé à la leçon ayant offert le pourcentage de temps de mouvement le moins élevé. Notons que la moitié des leçons, soit six se trouvent dans la catégorie *agrès/athlétisme* et que l'autre moitié, six également, dans la catégorie *jeux*. Ceci nous facilite la tâche pour affirmer que les élèves bougent effectivement plus dans les leçons de *jeux* que durant les autres activités sportives proposées. En effet, le 100% des leçons de *jeux* obtiennent un pourcentage de mouvement supérieur à 50% contre la moitié, soit 50% pour les leçons d'*athlétisme* et d'*agrès*. En effet, nous dénotons une présence très significative des leçons de jeux dans les quatre premières positions.

Les leçons offrant le pourcentage le plus élevé de mouvements aux élèves sont immanquablement celles de *badminton*. Comme expliqué plus haut, le style de jeu oblige les élèves à toujours faire preuve d'attention et être constamment prêts à se déplacer rapidement. En plus de cela, l'élève est seul ou avec un partenaire, ce qui le met dans une position très importante : s'il ne joue pas, il ne ramène aucun point à l'équipe et des tensions peuvent apparaître entre camarades.

Les deux leçons de *volley* suivent ensuite, certainement pour les mêmes raisons qu'en badminton. Les élèves ayant commencé à pratiquer ce sport en un contre un, ne pouvaient se permettre d'avoir un temps d'inattention, car ils se retrouvaient seuls pour se défendre contre l'adversaire rencontré. Lors de la dernière leçon du cycle, bien qu'ils jouaient par équipe de quatre, le temps d'activité obtient tout de même un haut pourcentage, car le jeu de passes est important pour réussir à amener le ballon vers le filet, smasher et ainsi marquer des points.

Comme évoqué précédemment, la leçon *agrès 2* se retrouve bien positionnée et reste l'activité avec le plus haut pourcentage de mouvement de la catégorie *agrès/athlétisme* grâce à un très bon investissement de l'élève dans l'activité spécifique ainsi que dans l'activité annexe mise en place. S'il y avait eu uniquement des postes, comme proposé en *agrès 1*, ce pourcentage serait sans aucun doute beaucoup plus bas. L'apprentissage lié à l'activité spécifique n'est donc certes pas très haut, mais cela permet d'augmenter le temps d'activité.

Se place ensuite la leçon *lancer du poids 2*. Ce cours représentant également la catégorie *agrès/athlétisme* se place aussi bien pour les mêmes raisons que *agrès 2*. En effet, l'activité annexe proposée, pendant que la moitié de la classe prend note de leur distance respective pour les joutes, a permis à l'élève observé de bien plus bouger comparativement à la leçon organisée sans jeu autogéré. Laisser les apprenants s'auto-arbitrer et gérer les conflits liés à des désaccords tout seul, est une bonne méthode pour les responsabiliser et pour leur

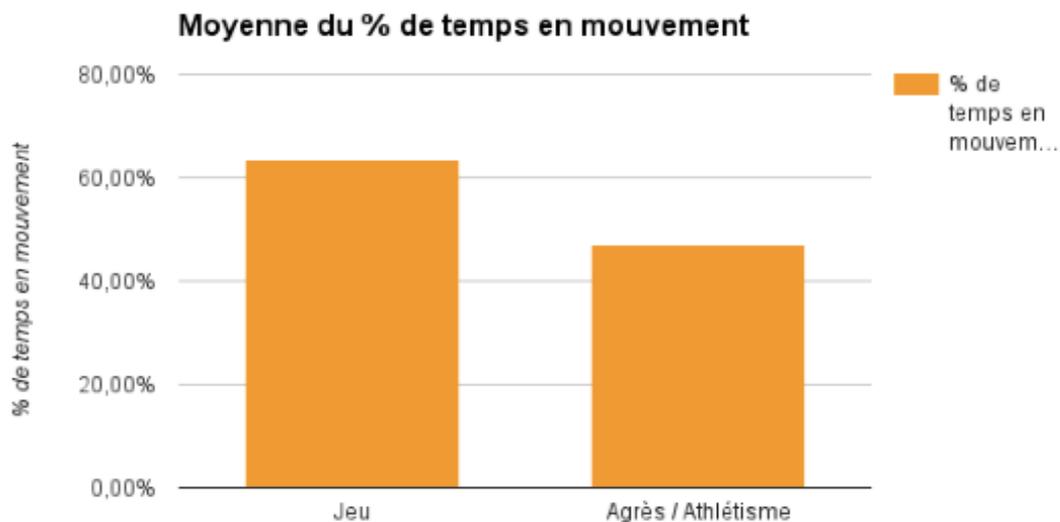
donner de la valeur et de l'importance. Cette façon de travailler, oblige les élèves à s'écouter et à trouver des solutions à leurs différents de manière autonome.

Suivent ensuite les deux leçons de *foot*. À notre grande surprise, ce sport très prisé surtout par les garçons dans les écoles, n'a pas présenté de temps en mouvement plus élevé. Nous pensons que ce faible pourcentage peut être expliqué par le plus grand nombre de joueurs sur un terrain qu'en badminton ou volley. En effet, des équipes d'environ cinq joueurs sont déterminées ou par le maître ou par les élèves eux-mêmes. Si notre élève observé ne s'intéresse que moyennement à ce sport, il est en effet possible que ses camarades ne jouent pas beaucoup avec lui, ce qui baisse immanquablement le pourcentage de mouvement obtenu. De plus, dans le cycle de football observé, la population était exclusivement féminine ce qui, dans ce cas précis, a influencé sensiblement le temps de mouvement de l'élève. En effet, les filles de cette classe n'étant pas très motivées par le football.

La dernière leçon atteignant tout juste les 50% de mouvement est la première leçon de *lancer du poids*. Bien qu'il y avait beaucoup de déplacements entre les postes entraînant des temps de latence, tous les élèves s'affairaient aux postes en même temps, ce qui a permis d'atteindre ce pourcentage malgré l'absence d'une activité annexe.

Les trois dernières leçons de ce classement n'ont, quant à elles, pas atteint la recommandation irlandaise. Nous ne sommes pas du tout surprises par les deux leçons de *saut en hauteur* qui n'atteignent jamais les 50%. En effet, le matériel limité de cette pratique sportive, ne permet nullement aux élèves de se dépenser autant que nous le souhaiterions. Nous constatons néanmoins une différence significative entre ces deux leçons d'athlétisme. En effet, la première leçon du cycle atteint presque le pourcentage de temps en mouvement recommandé grâce à l'activité secondaire proposée.

Le classement se clôt avec la première leçon du cycle d'*agrès*. Les consignes et démonstrations, mais aussi l'absence d'activité annexe sont les causes possibles pour l'obtention de ce pourcentage très bas.



Graphique n°6

Les élèves bougent donc bel et bien moins durant des leçons d'*agrès/athlétisme*. En faisant la moyenne de tous les pourcentage de temps d'activité durant les leçons de *jeux* et pour les cours d'*agrès/athlétisme*, nous constatons effectivement que les moments alloués à l'échauffement, à l'activité spécifique ou encore à l'activité annexe sont bien plus élevés en *jeux*. Comme le démontre le graphique ci-dessous, à elles toutes, les leçons de jeux représentent une moyenne de 63,4% de temps en mouvement contre seulement 47.1% pour les leçons d'agrès/athlétisme.

4) Discussion et conclusion

Les résultats de recherche autour du temps en mouvement moyen des élèves durant un cours d'éducation physique relevés dans le chapitre précédent, permettent de confirmer que la recommandation prescrite en Irlande est bel et bien applicable sur le terrain. Nos résultats qui dépassent la plupart du temps les 50% de mouvement, bien que nous soyons enseignantes débutantes, prouvent que cette ligne directrice peut être respectée grâce à une bonne préparation de leçon. En effet, en limitant les temps d'inactivité, tels que les consignes, les feedbacks et surtout l'attente pure découlant souvent d'un manque d'anticipation de la part de l'enseignant, les élèves ont la possibilité de bouger plus de la moitié du temps à disposition. Ce coefficient varie cependant inmanquablement selon les activités proposées. Nous avons effectivement constaté qu'il était bien plus difficile d'obtenir un bon résultat dans des activités liées aux agrès ou à l'athlétisme, qui sont des sports individuels. Un seul élève ne pouvant s'entraîner à la fois, le temps durant lequel nos apprenants sont affairés à l'activité spécifique n'est jamais très haut. Lors de ces cours, nous avons découvert l'importance des activités ou chantiers annexes qui permettent aux élèves de tout de même se dépenser : même si ceux-ci ne sont pas en rapport avec l'activité principale, les élèves sont en mouvement et cela évite donc une attente trop longue. Ces disciplines, obtenant en règle générale un taux de mouvement plus bas que la recommandation, se rattrapent néanmoins grâce à une activité bien précise : le lancer du poids. En effet, le matériel à disposition permet à chaque élève d'avoir son propre boulet contrairement à la mise en place plus contraignante liée aux agrès ou au saut en hauteur ou un seul apprenant par poste peut s'exécuter à la fois. Ces analyses et découvertes nous ont donc permis de confirmer notre hypothèse selon laquelle les élèves bougeraient moins durant une période d'*agrès/athlétisme* que durant une période de *jeux*. Le 100% des périodes de jeux englobant le *volley*, le *football* et le *badminton* ont effectivement obtenu un pourcentage de mouvement plus élevé que la recommandation irlandaise. Au contraire de ce très bon résultat, seuls 50% des cours en *agrès/athlétisme* ont obtenu un résultat satisfaisant selon le *Good Practice Guidelines in physical education Teacher Education* (Harris et Cale, 2006). En faisant la moyenne de mouvements de toutes les périodes de jeux, nous pouvons affirmer que les élèves bougent plus de 60% du temps à disposition. Durant les périodes en lien avec les agrès ou l'athlétisme, au contraire, la moyenne de mouvements de nos apprenants n'atteint pas les 50%, malgré le lancer du poids qui a obtenu de bons résultats individuels. Cette différence significative peut être expliquée

par le temps beaucoup plus important que les élèves passent affairés à l'activité spécifique dans la catégorie *jeux*. En effet, contrairement aux sports d'équipe où les minutes dédiées à l'activité spécifique atteignent quasi les 40% du temps total, les sports individuels obtiennent des coefficients plus bas. Par exemple, les élèves ne se dépensent que 7,5% du temps dans la catégorie *activité spécifique* de la leçon *agrès 1* et 4,52% dans la leçon *saut en hauteur 1*. La deuxième leçon se rattrape néanmoins avec un haut pourcentage de mouvements dans l'activité secondaire.

Afin d'enseigner à nos élèves tout en respectant les 50% de mouvement recommandés en Irlande, nous devons préparer minutieusement nos leçons afin de ne pas être prises au dépourvu et se faire surprendre par différentes situations. Maladie de plusieurs élèves réduisant le nombre d'élèves et donc remodelant les équipes initialement prévues; accident, blessure durant la leçon; mauvaise estimation par l'enseignant du temps imparti à un exercice; exercice ne fonctionnant pas bien ou à l'inverse trop bien et nécessitant donc des variantes. Ces différentes situations pourraient effectivement nous faire perdre de précieuses minutes de cours qui se transformeraient en attente pure pour nos élèves. Pour éviter ces moments, nous avons découvert en donnant nos leçons de jeux, la méthode que nous avons toutes les deux appliquées, soit l'apprentissage par le jeu. Ce mode d'enseignement porte ses fruits et permet à nos apprenants de beaucoup jouer tout en perfectionnant leur technique. Un apprentissage par postes par exemple ferait perdre beaucoup de temps à cause des multiples déplacements induits par les élèves passant d'une situation d'apprentissage à l'autre. Cette méthode est néanmoins adaptée aux cours *d'agrès/athlétisme* afin que chacun puisse s'entraîner aux différents mouvements décrits dans le *PER*. Deux autres méthodes envisageables, pour donner un maximum de chance à nos apprenants de s'entraîner, serait d'une part le travail "collectif" pour entraîner l'endurance en athlétisme. Il est en effet tout à fait envisageable de faire courir les élèves tous ensemble tout en réalisant un travail d'apprentissage selon les consignes. Par exemple, deux élèves courent en commençant chacun à l'opposé du stade, le but étant d'adapter son rythme pour se croiser à chaque tour au même endroit. L'élève entraînerait alors à maîtriser sa vitesse et gérer son rythme et donc son endurance. D'autre part, le travail par vagues est utile dans plusieurs cas de figures. Lorsque l'on entraîne nos élèves aux anneaux, nous mettons en effet plusieurs postes en place afin que plusieurs élèves puissent réaliser l'activité en même temps. Cette méthode correspondrait aussi à certaines leçons de lancer du poids. En utilisant ces deux méthodes d'enseignement, nous pouvons en plus proposer une activité secondaire ou des chantiers annexes. Ceux-ci permettraient d'augmenter le temps de mouvement dans ces cours spécifiques, comme découvert dans nos

résultats. En effet, dans certains cours dispensés, cette activité annexe permet parfois d'aller jusqu'à tripler les moments où l'élève est actif. Un autre moyen qui rendrait les collégiens plus autonomes serait l'utilisation d'outils technologiques, tels que les Ipads pour se filmer et s'auto-corriger ou encore le travail d'observation par les pairs. L'enseignant est ainsi déchargé de quelques tâches et peut se concentrer sur le poste le plus important de la leçon. En tant qu'enseignante débutante, nous avons également découvert que nous devions encore apprendre à condenser nos consignes pour qu'elles n'empêchent pas les apprenants de bouger quelques minutes de plus.

N'oublions pas maintenant d'exprimer le caractère unique de la démarche proposée ici en raison des trois seules classes retenues. Elle n'est pas généralisable à l'ensemble des classes existantes à travers la Suisse ou même à travers le canton de Vaud, car possédant chacune des conduites et des fonctionnements bien différents selon les enseignants et les élèves. Le précédent chapitre a relevé plusieurs caractéristiques propres à notre manière d'amener le contenu imposé par le *PER* et par les directives d'établissement. Les pourcentages obtenus pourraient varier si nous avions observé d'autres enseignants dans d'autres collèges. Nous imaginons néanmoins que les pourcentages de mouvement resteraient en moyenne plus faibles dans les cours d'*agrès/athlétisme* que dans les leçons de *jeux*. En effet, les méthodes d'enseignement ou le manque de matériel pour réaliser suffisamment de postes, restreignent selon nous le temps durant lequel les élèves bougent.

4.1) Limites et perspectives

Au fil de la réalisation de ce travail, nous avons été confrontées à diverses situations et événements imposant certaines limites à notre travail. En effet, lors de la récolte de nos données, à savoir les vidéos, des problèmes techniques sont survenus, entraînant une suppression de certains de nos films, tels que : ordinateur ne fonctionnant pas lors de la finalisation de la vidéo ou tout simplement non démarrage de la prise de vidéo. A cela sont venus s'ajouter les problèmes incluant les élèves. A plusieurs reprises, nous avons retrouvé la caméra de l'ordinateur cachée par un pull, par un paquet de volants de badminton ou encore par un élève blessé. Les aléas banals liés au cours de gym ont eux aussi créés des surprises lors du visionnage de nos leçons : ballon dans la caméra ou encore élève bousculant la caméra ou son support (caisson). Ces limites nous ont poussées à restreindre notre échantillon de vidéos à la première et la dernière leçon de chacun des cycles. En définitive, si un tel travail était à refaire, il serait judicieux d'établir un système de prise de vidéo plus sûr, comme par

exemple disposer la caméra en hauteur (gradins, espaliers) ou encore désigner une personne s'occupant uniquement de la caméra, s'assurant de son bon fonctionnement ce qui, d'une part, déchargerait l'enseignant d'une tâche, et d'autre part, éviterait aux élèves d'entraver le bon déroulement de l'enregistrement vidéo.

Une leçon de milieu de cycle de saut en hauteur a également dû être supprimée. Cette leçon préparée par l'enseignante responsable avait été donnée par un remplaçant, lui-même titulaire dans l'établissement. Étant accompagnatrice à une journée de ski de fond avec des classes de développement, elle n'avait pas pu donner son cours ce jour-là. Dès les premières minutes de visionnage du film, la différence dans la méthode d'enseignement était visible. Ce remplaçant a en effet obtenu un pourcentage de mouvement de la part de l'élève *moyen* beaucoup plus bas que d'habitude. Ayant laissé les élèves très libres au cours de la leçon, ceux-ci se sont retrouvés un peu démunis face aux différents postes de saut en hauteur à réaliser. Nous avons, à cause de cette leçon, également décidé de nous concentrer uniquement sur celles de début et fin de cycle, afin que le pourcentage de mouvement plus bas lors de cette 3ème leçon du cycle ne fausse pas notre analyse. Cet enseignant se comporte plus comme un animateur, amenant à ce résultat très bas de mouvement. En effet, s'il avait donné du rythme à la leçon, dit à chaque élève spécifiquement quel exercice correctif il avait besoin de faire afin de s'améliorer, les élèves se seraient, sans nul doute, sentis plus concernés et auraient ainsi plus bougé. Il est important que l'enseignant soit très présent durant ces leçons où l'activité principale n'est pas toujours la plus motivante pour les élèves. Cette présence les pousserait à tout de même essayer plusieurs fois le même mouvement et ainsi s'améliorer.

Les disciplines enseignées sont également une limite à ne pas négliger. Aux agrès, par exemple, l'engin observé a été la barre fixe. En imaginant que l'engin auquel les élèves devaient s'améliorer était le mini-trampoline, nous nous rendons compte que les résultats pourraient être tout autres. En effet, nous pourrions partir de l'hypothèse que l'élève réalise un plus grand nombre de sauts et donc de mouvements en mini trampoline que de figures à la barre fixe. Les exemples du lancer du poids et du saut en hauteur dans l'activité *athlétisme* sont un bon exemple. En effet, plusieurs activités liées à la même discipline ont ainsi pu être comparées et cela nous a permis de découvrir une grande différence dans le pourcentage de mouvements des élèves dans deux situations d'apprentissage que nous croyions assez proches. Il aurait donc été intéressant d'observer plusieurs situations d'apprentissage dans chacune des disciplines et non une seule comme en agrès. Dans la catégorie *jeux*, il nous semble que la limite est moins grande étant donné la variété des sports observés. Du badminton se jouant à deux ou quatre joueurs seulement, au foot se jouant par équipes de six à

sept joueurs en passant par le volley dans lequel les élèves évoluaient de deux à huit joueurs, nous avons une multitude de construction de jeux différentes à analyser.

Relatif à la limite de la discipline enseignée, nous retrouvons les limites que nous imposent les programmes de nos établissements dictés eux-mêmes par les nouvelles exigences cantonales, nous ayant contraintes d'enseigner certaines disciplines plutôt que d'autres.

Les biais, propres à tout travail de recherche, sont un élément important à ne pas négliger. Il nous paraît donc évident de les passer en revue afin que nous puissions les prendre en compte dans l'appréciation globale de notre travail.

Commençons par les biais présents lors de la récolte des données. Premièrement, le fait de savoir que nous observerons et analyserons nos propres leçons d'éducation physique nous pousse peut-être inconsciemment à réaliser des leçons allant dans le sens de notre thématique. L'idéal aurait donc été de pouvoir observer des enseignants qui ne sont pas au courant de l'objectif de notre étude. Dans notre cas précis et pour diverses raisons, il ne nous était pas possible de procéder de la sorte. Toutefois, nous pensons qu'il aurait été judicieux de ne pas analyser les vidéos de nos propres leçons, mais celles de notre camarade de travail de Master. En effet, il se peut là encore que, inconsciemment, nous ayons peut-être analysé nos leçons à notre avantage.

Les biais relatifs aux classes doivent également être soulignés. En effet, étant encore en stage nous n'avons pas beaucoup d'heures d'enseignement et donc un choix limité de classes observables. Ainsi, le mode d'enseignement peut passablement varier d'une classe à l'autre. Prenons l'exemple concret de la classe observée en badminton. C'est une classe de 11VG dont l'enseignante peine à canaliser ses élèves. Le seul moyen trouvé pour ne pas les "perdre" est de les faire jouer sans arrêt. Ainsi, l'enseignante prépare ses leçons de manière à intégrer l'apprentissage au jeu : les élèves doivent sans cesse être en mouvement, relever un défi. L'enseignante s'efforce donc de diminuer au maximum les consignes et les démonstrations, bien qu'indispensables. Elle a tendance à privilégier la quantité et le mouvement à la qualité. Des leçons différentes pourraient alors être imaginées avec une classe moins turbulente et plus désireuse d'apprendre. Plus de feedbacks de la part de l'enseignant durant le jeu pourraient être donnés. Ainsi, la classe apporte inévitablement un biais aux résultats de notre étude, tout comme l'enseignant d'ailleurs. En effet, dans le cas de notre étude, nous avons eu à faire à des jeunes enseignantes en devenir, soucieuses de "bien" faire. Les débuts avec cette classe ayant été difficiles du point de vue du respect des consignes et de la motivation à intégrer, l'enseignante s'efforce dès lors de motiver, faire bouger les élèves et

les mettre en situation d'apprentissage sans entrer dans le conflit. Raison pour laquelle ses leçons ont pris cette tangente de l'apprentissage par le jeu. Cependant, d'autres enseignants qui n'auraient pas la même vision de l'enseignement et pas de soucis de discipline et de motivation à proprement parlé, auraient tout à fait pu utiliser une méthode d'enseignement tout autre ayant apporté des résultats eux aussi tout autres.

Restons dans le caractère "humain" des biais. Comme évoqué précédemment, nous avons choisi d'observer l'élève dit *moyen* dans chacune de nos classes et de le suivre dans les différentes activités. Là encore il est intéressant de noter que cet élève considéré comme *moyen* en foot par exemple, le sera réellement car sa motivation pour la discipline est présente, mais pas passionnée et son investissement est donc qualifié, tout comme lui, de *moyen*. Mais sommes-nous sûres que cet élève restera un élève *moyen* dans une autre activité? Peut-être perdra-t-il sa motivation lors des agrès ou peut-être sera-t-il très engagé pour une leçon de lancer du poids ? Dans notre cas il s'est avéré que l'élève *moyen* retenu a conservé son statut au fil des leçons. Toutefois, nous pourrions imaginer devoir changer d'élève selon la discipline observée afin de s'assurer de toujours avoir un élève qualifié de *moyen*.

Enfin, nommons maintenant les biais relatifs à nos leçons : la catégorie "échauffement" peut avoir été biaisée du fait que selon l'activité observée, il se peut qu'elle ait eu lieu en deuxième partie d'une leçon d'éducation physique à double période. Les élèves étaient alors déjà chauds au moment de commencer l'activité observée et analysée. L'échauffement fut donc très bref, comme par exemple lors de la leçon *foot 1*.

Comme évoqué précédemment, la leçon de saut en hauteur 2 se trouve biaisée du fait qu'elle a dû être réalisée dans le dojo de l'établissement et non en salle de gym. L'enseignante a donc moins de place à disposition et ne peut *de facto* enseigner la leçon souhaitée. Ainsi, nous pouvons imaginer que les chiffres auraient été bien différents si la leçon s'était déroulée en salle de gym.

Nous souhaitons également mettre en avant les biais relatifs à notre statut d'enseignantes novices et donc notre petite expérience dans l'enseignement. En effet cette caractéristique peut avoir eu une influence sur nos résultats. Lors de nos leçons d'agrès par exemple, il est possible que nous ayons davantage mis l'accent sur la sécurité et passé plus de temps, qu'un enseignant plus expérimenté, à énumérer toutes les règles liées à l'assurance. Nous avons également relevé précédemment que lors des premières leçons, nous manquions parfois de réactivité, de variantes utiles pour rediriger les élèves vers des exercices spécifiques propres à leur niveau et leur apportant donc la motivation et le mouvement nécessaires.

Pour donner suite à ce travail et trouver davantage de données qui nous permettraient d'analyser le temps en mouvement des élèves, nous avons pensé à de nombreuses alternatives possibles. En effet, au vu du petit échantillon d'élèves observés en raison du peu de temps que nous avons à disposition, nous ne pouvons pas prétendre que notre étude soit généralisable. De plus, seules deux enseignantes ont été intégrées à cette étude. Il serait intéressant de pouvoir observer un plus grand nombre d'enseignants apportant chacun leur style d'enseignement. Le but serait donc d'élargir notre panel de recherche et de filmer des cycles entiers chez de nombreux enseignants dans tout le canton, la moitié des cours en *agrès/athlétisme*, l'autre moitié en *jeux*. Ainsi, nous aurions l'opportunité de découvrir beaucoup de styles différents des enseignants débutants ou expérimentés ou encore certains préférant l'apprentissage par le jeu, d'autres par la technique. Cet échantillon plus vaste permettrait d'infirmer ou de confirmer les données déjà obtenues grâce à nos classes, mais à plus grande échelle. Comme mentionné plus haut, il serait également préférable que les maîtres observés ne soient pas au courant du but de notre recherche afin que leur préparation de leçon corresponde à leur style d'enseignement habituel.

De plus, afin que l'analyse des cours ne soit pas uniquement liée à l'observation, il serait également intéressant de quantifier les mouvements des élèves de manière moins subjective soit, en faisant porter un podomètre à notre élève *moyen* durant chaque leçon d'éducation physique. De cette manière, nous aurions une donnée quantitative bien précise sur laquelle nous pourrions également nous reposer afin de construire notre base de résultats. Les pas seraient effectivement un bon indicateur de participation aux différentes leçons enseignées.

Nous avons donc constaté que les élèves sont, durant nos leçons dispensées, en mouvement de manière satisfaisante selon la recommandation irlandaise. Une question qui se pose néanmoins à la fin de notre travail de recherche est liée au temps imparti à l'apprentissage. En effet, bien que les élèves bougent plus de 50% du temps, quel pourrait être le pourcentage propre aux situations d'apprentissage réelles durant lesquelles nous pourrions assurer que l'élève intègre de nouveaux éléments. Il serait intéressant de procéder à une comparaison des résultats entre ce travail de recherche et les études menées à propos du temps effectif d'apprentissage garantissant ainsi l'enrichissement de nouvelles compétences chez les élèves.

5) Bibliographie

- Astolfi, J. P. (2008). La saveur des savoirs. *Disciplines et plaisir d'apprendre*. Paris: Éditeur ESF.
- Cale, L., & Harris, J. (2006). *School-based physical activity interventions: effectiveness, trends, issues, implications and recommendations for practice*. *Sport, Education and Society*, 11(4), 401-420.
- Fisher, C. & Marliave, R. & Filby, N. (1979). *Improving Teaching by Increasing Academic Learning Time*. *Educational Leadership Journal of the Association for Supervision and Curriculum Development*, 37, 52-54.
- Heuston, B., & Miller, H. (2011). Academic Learning Time: The Most Important Educational Concept You've Never Heard Of.
- Hollowood, T. M., Salisbury, C. L., Rainforth, B., & Palombaro, M. M. (1995). Use of instructional time in classrooms serving students with and without severe disabilities. *Exceptional children*, 61(3), 242-252.
- Luts, K., Ledent, M., Piéron, M., & Cloes, M. (1999). Perceptions de compétence et de comportement par des élèves considérés comme les "meilleurs" et les "plus faibles" en éducation physique. In *Actes du colloque AFRAPS-EDPS "Identifier les effets de l'intervention en motricité humaine"* (pp. CD-Rom). AFRAPS-EDPM.
- McLennan, N., & Thompson, J. (2015). *L'éducation physique de qualité: Directives à l'intention des décideurs*. UNESCO Publishing.
- Pineau, C. (1991). *Introduction à une didactique de l'EPS*. Dossiers EPS, 8.
- Placek, J. H., & Randall, L. (1986). Comparison of academic learning time in physical education: Students of specialists and nonspecialists. *Journal of teaching in physical education*, 5(3), 157-165.
- Rizzolatti, G., Fadiga, L., Gallese, V., & Fogassi, L. (1996). Premotor cortex and the recognition of motor actions. *Cognitive brain research*, 3(2), 131-141.
- Vygotski, L. S., Sève, F., Sève, F., Clot, Y. (1985). *Pensée et langage*. Editions sociales.

5.1. Sites internet

- Office fédéral de la santé publique OFSP. (2014). *Indicateur 1.8: Perception du sport et attitude à l'égard du sport*. Consulté le : 19.05.2016
- http://www.bag.admin.ch/themen/ernaehrung_bewegung/05190/07835/07855/index.html?lang=fr
- Office fédérale du sport OFSPO. (2009). *10 critères pour un enseignement de qualité de l'EPS*. Consulté le 13.10.2015
<http://www.qims.ch/internet/qims/fr/qims.html>
- Plan d'étude romand. (2008). *Conférence intercantonale de l'instruction publique de la Suisse romande et du Tessin*. Consulté le : 25.02.2016
http://globaleducation.ch/globallearning_fr/resources/PER_complet.pdf

5.2. Supports de cours

- Méard, J. (2015). *MSEPS31 - Gérer la classe. Consignes et formes de travail en EPS*. Lausanne : HEP Vaud, semestre d'automne 2015.
- Méard, J. (2015). *MSEPS31 - Gérer la classe. Styles et méthodes en EPS*. Lausanne : HEP Vaud, semestre d'automne 2015.

6) Annexes

6.1. Canevas de leçons

Agrès 1 :

Date: Mercredi 17 février 2016 **Classe :** 10VG3-10VP3 / **Effectif :** 16 ♀ / **Durée:** 1h30 / **Période / Heure:** p1&2 / 7h40 - 9h15 **Lieu:** Préverenges Pg/gym/Poly
Thème de la leçon : Barre fixe 1 + initiation Luterball

| H | Objectifs | Activités | Organisation / Contrôle de l'objectif | Tps |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7h40 | | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Appel ☞ Mise en place matériel | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Appel ☞ L'enseignant donne une mission a chaque élève. 6 postes => 2 à 3 élèves par poste. Plan à disposition Dans 4min vous êtes de retour assises au milieu, sinon les dernières rangeront toutes seules. | <ul style="list-style-type: none"> 5min 7min |
| 8h07 | | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Echauffement : ☞ Rassemblement - groupes - explications - démo | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Tours de salle en musique, lorsque la musique s'arrête, trouver un abri ou se percher (tapis, barre, caisson). Les 3 dernières perchées = 30s gainage ds zone assiettes. <i>Mettre élève blessé a dispo</i> ☞ Retour sur le cercle du milieu, 1 tour de gainage sur les coudes + échauffement spécifique poignets, nuque. ☞ L'enseignant démontre avec 2 élèves ou plus les différents postes et les objectifs de fin de cycle + assurage ! !!! Magnésie à disposition, mais si cheni, je la range pour tjs !!! <i>Annonce obj de la leçon.</i> | <ul style="list-style-type: none"> 15min 10min |
| 8h35 | L'ESC de réaliser le niveau 1 (minimum) et assure correctement ses camarades. | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Evaluation diagnostique ☞ Entraînement ☞ Rassemblement - questions ☞ Rangement explications + pour mise en place luterball | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Chacune leur tour les élèves réalisent devant l'enseignant niveau 1 ou 2. L'enseignant réparti de suite les élèves aux différents postes ☞ Les élèves s'entraînent par 2 minimum à leur poste respectif. <i>L'enseignant prend du recul et observe, puis intervient si nécessaire</i> ☞ Qui arrive la rotation avant ? la montée du ventre ? le soleil ? Assurage clair pour toutes ? ☞ Chaque groupe range le poste qu'il a mis en place !!! on ne range pas les petits tapis !!! + poste 1, 2, 3 et 4 vous mettez en place 2 gros tapis au milieu de la salle. Poste 5 et 6 vous disposez les petits tapis => Cf. plan. | <ul style="list-style-type: none"> 3min 15min 4min 6min |
| 8h45 | L'élève sera capable de mettre en place une stratégie pour délivrer un max de camarades | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Pause boire ☞ Rassemblement - explications jeu - Mise en place équipe ☞ Rangement - Fin | <ul style="list-style-type: none"> ☞ 3min ☞ 2 équipes ☞ Jeu ! Si nécessaire : stopper le jeu et donner des feedbacks | <ul style="list-style-type: none"> 3min 20min |
| 9h10 | | | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Toutes donnent un coup de main. Assis milieu quand fini. Aurevoir | |

Agrès 2 :

Date: Mercredi 23 mars 2016 **Classe :** 10VG3-10VP3 / **Effectif :** 17 ♀ / **Durée:** 1h30 / **Période / Heure:** p1&2 / 7h40 - 9h15 **Lieu:** Préverenges PgT 902
Thème de la leçon : équipes unihockey joutes + zumba + Barre fixe 4

| H | Objectifs | Activités | Organisation / Contrôle de l'objectif | Tps |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 7h45 | L'ESC de réaliser un des 3 niveaux de l'évaluation en appliquant les critères de réussite relatifs. | ☐ Appel | ☐ Appel | 5min |
| | | ☐ Organisation, mise en place des équipes de unihockey en vue des joutes | ☐ équipes de minimum 5, maximum 7 ! Intégrer les dispensées ! Donner nom d'équipe + capitaine | 10min |
| | | ☐ Echauffement : Zumba | Zumba: Répétition des 4 mouvements vus précédemment + apprentissage de 2 nouveaux. Intégrer échauffement poignets | 10min |
| | | ☐ Mise en place matériel | ☐ Par groupe de 3. Chaque groupe monte un poste précis. Retour assis milieu quand fini | 4min |
| 8h19 | | ☐ Explications des attentes lors de l'évaluation + assurage => critères de réussites ! | ☐ L'enseignant ré-explique les 4 niveaux + les critères de réussite attendus (fiche à dispo). Tout est clair pour tout le monde ? <i>Interroger certains élèves sur le niveau qu'ils vont présenter Vous avez 15min pour vous entrainer et ensuite éval.</i> | 5min |
| | ☐ Entraînement | ☐ Les élèves s'entraînent de manière autonome. <i>L'enseignant prend du recul et observe dans un premier temps puis intervient si nécessaire.</i> | 15min | |
| | ☐ Jeu éventuel si perte de motivation et de concentration | ☐ Balle assise crocodile pour remotiver les troupes. | 8min | |
| 8h42 | ☐ Evaluation | ☐ Par niveau. 1 élève effectue, 1 assure, 1 co-évalue. 3 essais possibles. Les autres niveaux profitent de s'entraîner encore. | 15min | |
| 8h57 | ☐ Rangement | ☐ Chacun son poste | 4min | |
| 9h01 | ☐ Rassemblement - discussion - questions - | ☐ Annonce des évaluations de chacun. Avez-vous des questions? | 5min | |
| 9h05 | ☐ jeu si temps | ☐ Balle américaine | 2min | |
| 9h10 | ☐ Fin | ☐ Au revoir | 10min | |

Badminton 1 :

Date: Mercredi 13 janvier 2016 **Classe :** 11VG3 / **Effectif :** 10♀ 9♂ / **Durée:** 45min / **Période / Heure:** p5 / 11h15 - 12h00 **Lieu:** Préverenges PgT902 **Thème**
de la leçon : Badminton 1 - Intro service court par le bas : revers - coup droit

| H | Objectifs | Activités | Organisation / Contrôle de l'objectif | Tps |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| 11h20 | L'ESC de réaliser 2 services courts en revers et 2 en coup droit (court croisé!) | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Appel ☞ Echauffement bad, les élèves commencent par faire 2 tours de salle en tournant les poignets puis prendre une raquette chacun, un volant pour 2, par 2 : | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Les élèves sont assis - silence ☞ 1. les élèves se font des échanges, retrouvent leurs marques. <i>Siffler - assis en silence - consignes exercice suivant :</i> 2. Après chaque frappe réaliser un mouvement, le camarade doit le reproduire - 5 échanges puis changer celui qui fait le mouvement, 3. Après chaque renvoi passer la ligne noir de fond de salle. <i>Siffler - assis en silence - consignes exercice suivant :</i> <i>Siffler - assis en silence</i> | 2min 10min |
| 11h32 | | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Introduction - démo du service court par le bas en coup droit et en revers + explication démo des zones et règles service croisé. | <ul style="list-style-type: none"> ☞ L'enseignant + 2 élèves démontrent - les élèves expérimentent : faites chacun 5 services coup droit et 5 revers. OBJ: en réussir 2 L'enseignant prend du recul et observe <i>Siffler - assis en silence</i> | 10min |
| 11h42 | | | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Qui a réussi combien ? Expliquer que l'amorti fonctionne idem : démo | 3min |
| 11h45 | | | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Matches : 4min (puis tournus sur votre gauche !) | 8min |
| 11h55 | | | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Rangement ☞ Rassemblement- Fin - aurevoir | 2min |

Badminton 2 :

Date: Mercredi 17 février 2016 **Classe :** 11VG3 / **Effectif :** 10♀ 9♂ / **Durée:** 45min / **Période / Heure:** p5 / 11h15 - 12h00 **Lieu:** Préverenges PgT902 **Thème de la leçon :** Badminton 4 - Match dans les conditions et avec équipes joutes

| H | Objectifs | Activités | Organisation / Contrôle de l'objectif | Tps |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 11h20 | L'ESC d'évoluer dans les conditions des joutes, selon les règles établies et en réalisant un tournus équitable au sein de son équipe. | ☐ Appel | ☐ Les élèves sont assis - silence | 2min |
| | | ☐ Echauffement bad - 1 contre 1 | ☐ 1. Les élèves se font des échanges 2. Réaliser un max d'échanges en 1min : reprenez le nombre 3. Réaliser un minimum d'échange en 1min. | 8min |
| | | ☐ Consignes suite | <i>Siffler - assis - qui a fait combien d'échanges ?</i> | 3min |
| | | | <i>Faites les équipes des joutes / 3 par terrains / matchs de 5min puis tournus sur votre gauche / Victoire = 2pts, égalité = 1pt, défaite = 0pt => comptez vos points / les règles des joutes sont-elles claires pour tout le monde ?</i> | 3min |
| 11h36 | | ☐ Début des matchs | ☐ L'enseignant siffle le début des matchs, début du chrono. Il prend du recul et observe - notamment le respect des règles et les tournus au sein des équipes. Intervient si besoin Tournus x3 ou 4 selon temps à dispo | |
| 11h50 | ☐ FIN des matchs | <i>Les élèves s'assoient ou ils sont. Qui a gagné tous ses matchs ? Qui a 6 pts ? qui à 5 ?, etc...</i> | | |
| | ☐ Rangement | ☐ Par l'équipe du rangement | | |
| 11h55 | ☐ Fin | ☐ Aurevoir | | |

Volley 1 :



UER EPS

Préparation de leçon d'EPS

Nom : Muriel Mühlethaler

| Classe : 10 VG | | Effectif : 20 | | Durée : 45 minutes | | Lieu : Nyon | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------|--|
| Thèmes et intentions : 1. Volley : match 1-1 2. Se déplacer aussi prêt que possible du filet grâce aux 3 passes dans le but d'attaquer | | | | | | | |
| Références au PER ou PEV : CM34 – Adapter son comportement, son rôle et affiner les habiletés spécifiques dans des formes de jeu en appliquant les règles, la tactique et la technique des jeux pratiqués | | | | | | | |
| Progression des apprentissages : Perfectionnement des aspects tactiques propres aux différents jeux | | | | | | | |
| Attentes fondamentales : - adapte son comportement à la situation de jeu - respecte les principales règles de jeu, l'arbitre, les coéquipiers et l'adversaire | | | | | | | |
| Objectifs | | Activités | | Organisation / contrôle de l'objectif | | | |
| MT (10') Les ESC de faire des passes hautes précises afin que leur coéquipier ne doive pas bouger pour rattraper le ballon | | Pendant que j'installe le filet, par 2 s'entraîner à faire des passes hautes précises. → bouger le moins possible pour rattraper le ballon (travail de collaboration) | | E éparpillés dans toute la salle. | | | |
| Partie principale (25') Les ESC de jouer un match 1-1 tout en se rapprochant du filet grâce à 3 passes dans le but d'attaquer et de marquer des points. | | <u>Match 1-1 (les E définissent eux-mêmes le terrain sur lequel ils jouent)</u> Attaque : - les E peuvent se faire 3 passes max comme au vrai volley - Faire comprendre aux E le but des passes hautes Rassemblement des E → comment faire les passes pour que l'attaquant ait le plus de chance de marquer → 1 ^{ère} passe haute (pour voir où est l'adversaire dans le camp adverse) → 2 ^{ème} passe proche du filet pour que la 3 ^{ème} touche soit pour attaquer !!!! Obliger de bouger pour bien rattraper le ballon !!!! <u>Tournoi 1-1</u> Avec les éléments vus plus hauts, matchs de 2 minutes, le gagnant monte vers les gradins, le perdant descend vers les fenêtres. | | Laisser les élèves jouer assez librement au début, avec peu de consignes → évaluation diagnostique. Ensuite introduction des 3 passes Règles du jeu amener petit à petit pour que les élèves aient le temps de s'adapter aux nouveaux aspects arrivant petit à petit. | | | |

Volley 2 :



Préparation de leçon d'EPS

Nom : Muriel Mühlethaler

| Classe : 10 VG | Effectif : 20 | Durée : 45 minutes | Lieu : Nyon |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| Thèmes et intentions : 1. Volley : match 4-4 2. Se faire des passes afin d'amener le ballon vers le filet et de pouvoir attaquer. | | | |
| Références au PER ou PEV : CM34 – Adapter son comportement, son rôle et affiner les habiletés spécifiques dans des formes de jeu - en appliquant les règles, la tactique et la technique des jeux pratiqués - en adhérant à l'activité et en promouvant l'entraide et la collaboration | | | |
| Progression des apprentissages : Perfectionnement des aspects tactiques propres aux différents jeux | | | |
| Attentes fondamentales : - adapte son comportement à la situation de jeu - respecte les principales règles de jeu, l'arbitre, les coéquipiers et l'adversaire | | | |
| Objectifs | Activités | Organisation / contrôle de l'objectif | |
| MT (10') Les ESC de faire des passes hautes et des manchettes précises afin que leurs coéquipiers ne doivent pas bouger pour rattraper et renvoyer le ballon | Echauffement fait avec l'équipe avec laquelle on joue après → 5 capitaines désignés par l'enseignante qui tirent les équipes (obligatoirement mixtes) Pendant que j'installe le filet, par 4 s'entraîner à faire des passes hautes et des manchettes précises. → bouger le moins possible pour rattraper le ballon (travail de collaboration) | E éparpillés dans toute la salle. | |
| Partie principale (25') Les ESC de jouer un match 4-4 en se faisant des passes dans le but de se rapprocher du filet et de marquer des points. | <u>Volley</u> 2 matchs en parallèle 4-4 1 équipe à chaque fois dehors en attendant le prochain jeu. E blessé arbitre un des matchs, j'arbitre l'autre Résultats à chaque fois écrit sur le tableau noir : à la fin donner les résultats et féliciter les élèves pour leur engagement. !! Si ex-aequo entre 2 équipes à la fin dans le classement, petit match de 2 minutes pour les départager !! | 5 équipes : A, B, C, D, E 4 minutes : → A-B → C-D → E dehors 4 minutes : → A-E → B-D → C dehors 4 minutes : → C-B → D-E → A dehors 4 minutes : → A-C → B-E → D dehors 4 minutes : → A-D → C-E → B dehors | |

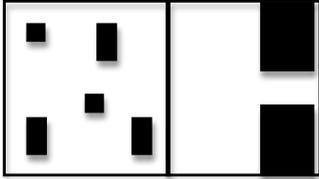
Saut en hauteur 1 :



UER EPS

Préparation de leçon d'EPS

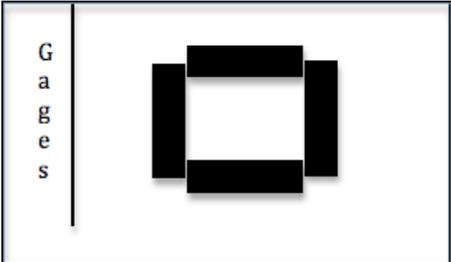
Nom : Muriel Mühlethaler

| Classe : 10 VG | Effectif : 20 | Durée : 45 minutes | Lieu : Nyon |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| <p>Thèmes et intentions : Saut en hauteur : 3 derniers pas du saut Fosbury avec l'aide d'un caisson</p> <p>Références au PER ou PEV : CM33 – Entraîner des techniques et développer des habiletés motrices de base en enrichissant les mouvements par des variations de la forme, de la vitesse, du rythme et de l'amplitude.</p> <p>Progression des apprentissages : Entraînement et perfectionnement à la technique de diverses formes de sauts (hauteur, longueur, triple-saut, ...)</p> <p>Attentes fondamentales : utilise diverses techniques de courses, de sauts et de lancers visant à améliorer ses performances</p> | | | |
| Objectifs | Activités | Organisation / contrôle de l'objectif | |
| <p>MT (10')</p> <p>Les ESC de découvrir quel est leur pied d'appui et le début du mouvement du Fosbury en sautant sur des caissons pour se protéger des lousps.</p> | <p><u>Chats perchés</u> :</p> <p>2 lousps : les autres peuvent se sauver en sautant sur un caisson libre et en arrivant en position assise (début pour le mouvement du Fosbury). Si un élève est touché, il devient chasseur.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) les E ont le droit de s'aider avec les mains 2) les E essayent de s'asseoir dessus sans les mains <p>les E essayent de faire attention sur quel pied ils s'appuient quand ils essayent de monter sur un caisson</p> | <p>Salle séparée en deux par des bancs. Côté fenêtre : 2 installations de sauts en hauteur Côté gradins : plusieurs caissons placés aléatoirement dans la salle.</p>  | |
| <p>Partie principale (25')</p> <p>Les ESC de réaliser les 3 derniers pas ainsi que le saut du Fosbury avec le bon rythme et les deux pieds d'appel à l'aide d'un caisson pour poser le dernier pied.</p> <p>Les ESC de s'autogérer dans un activité connue avec comme arbitre un camarade.</p> | <p><u>Activité principale</u> Saut en hauteur :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Les élèves repartis sur les deux installations, chacun réalise 3 sauts de chaque côté. → évaluation diagnostique 2) Discussion avec eux → <p>Explication des points importants pour le saut en hauteur (élan en arc de cercle, engagement de la jambe d'élan et des bras, écarter les jambes à la fin)</p> <ol style="list-style-type: none"> 3) Chacun réessaye 3 sauts après les explications de chaque côté 4) Concentration sur les 3 derniers pas et le saut uniquement. → Les E ne font que les 3 derniers pas, finissent sur un caisson puis réalise le saut (concentration sur le rythme) <p><u>Activité secondaire</u> Balle assise avec comme « cric-crac » les caissons. Les élèves sont obligés de monter dessus en sautant et se retournant (comme au Fosbury) Si touché : 20 sauts pieds joints sur les bancs au milieu de la salle.</p> | <p>Chaque groupe passe 12 minutes au saut en hauteur. Ensuite inversion des rôles.</p> | |

Saut en hauteur 2 :

| Classe : 10 VG | Effectif : 20 | Durée : 45 minutes | Lieu : Nyon |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| Thèmes et intentions : Saut en hauteur : 3 derniers pas du saut Fosbury avec l'aide d'un caisson Références au PER ou PEV : CM33 – Entraîner des techniques et développer des habiletés motrices de base en enrichissant les mouvements par des variations de la forme, de la vitesse, du rythme et de l'amplitude. Progression des apprentissages : Entraînement et perfectionnement à la technique de diverses formes de sauts (hauteur, longueur, triple-saut, ...) | | | |
| Attentes fondamentales : utilise diverses techniques de courses, de sauts et de lancers visant à améliorer ses performances | | | |
| Objectifs | Activités | Organisation / contrôle de l'objectif | |
| MT (5') Les ESC de monter leur rythme cardiaque en courant dans les couloirs et le garage du collège. | N'ayant pas de salle à disposition : Je cours et les élèves me suivent à travers les couloirs et le garage du collège. Ensuite échauffement chevilles + poignets et tête. | Les E me suivent | |
| Partie principale (25') Les ESC de sauter à au moins 1m20 grâce à l'entraînement eu. Les ESC de découvrir de nouveaux petits jeux qui vont être utilisés dans d'autres cours. | <u>Saut en hauteur</u> 2 installations de saut en hauteur dans le Dojo : 1 ^{ère} installation : pour prendre les mesures 2 ^{ème} installation : toujours 5cm plus haut que installation 1 pour s'entraîner. 1 ^{er} saut à <u>95 centimètres</u> . <u>Petits jeux pour ceux qui ont fini le test</u> Jeu du Morpion Si tout le monde a fini, balle assise (américaine ou non) → à discuter avec les E. | Les E passent dans l'ordre alphabétique. Dès qu'ils sont passés peuvent aller s'entraîner pour la prochaine hauteur à l'autre installation. Dès qu'il ne reste plus que 7 personnes qui sautent « petits jeux » organisés du côté de l'installation pour entraînement. (E blessé qui prend les mesures, moi qui anime les petits jeux). | |

Lancer du poids 1 :

| Classe : 10 VG | | Effectif : 20 | | Durée : 45 minutes | | Lieu : Nyon | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------|--|
| Thèmes et intentions : 1. Renforcement musculaire lié au lancer du poids 2. pas chassé, tourné avant lancer du poids → évaluation diagnostique | | | | | | | |
| Références au PER ou PEV : CM31 – reconnaître les pratiques sportives favorables à l'amélioration de sa condition physique et de son capital santé en appliquant les principes d'échauffement et diverses notions liées aux méthodes d'entraînement. | | | | | | | |
| Progression des apprentissages : - Travail de la tenue corporelle dans différentes situations (position assise, déplacement d'une charge,...) - Mobilisation et renforcement musculaire (gainage,...) des différentes parties du corps (dos, abdominaux, tronc) | | | | | | | |
| Attente fondamentale : adopte la posture adéquate pour soulever une charge | | | | | | | |
| Objectifs | | Activités | | Organisation / contrôle de l'objectif | | | |
| <p>MT (10')</p> <p>Les ESC de lancer et rattraper un Mb sans tomber d'un banc à l'envers et sans se faire mal aux épaules. (Le tenir et le lancer de manière appropriée)</p> | | <p>2 tours de salle en courant pour monter le cardio + poignets et chevilles</p> <p><u>Jeu des quilles</u> Elèves disposés aléatoirement sur 3 bancs mis à l'envers et placés en triangle au milieu de la salle.</p> <p>Les élèves doivent se lancer des Médicine-ball (Mb) en commençant devant le torse et en tendant les bras. Si l'élève à qui était destiné le ballon tombe, gage avec celui avec qui l'élève fait équipe:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 10 sauts à la corde à deux 2) 20 passes avec Mb 3) 20 sec. de gainage <p>Qui tient le plus longtemps ?</p> | |  | | | |
| <p>Partie principale (20')</p> <p>Les ESC de renforcer les parties du corps qu'ils doivent utiliser pour le lancer du poids.</p> | | <p><u>Renforcement par rapport aux mouvements spécifiques du lancer du poids</u></p> <p>5 postes à travailler par 2</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Pour travailler la poussée des jambes 1) Pour travailler le canon 2) Pour travailler le transfert 3) Pour travailler la poussée des bras 4) Pour entraîner les pas (1^{er} tour que la rotation, 2^{ème} tour avec un pas chassé simple de côté) → évaluation diagnostique <p>→ à chaque poste 2 ballons de basket et deux médecine ball (différents poids). 1^{er} tour ils peuvent choisir le ballon, 2^{ème} tour obligatoirement un Mb (2kg pour les filles, 3kg pour les garçons)</p> | |  <p>1 minute à chaque poste, 30 secondes pour se déplacer (musique pour donner le rythme)</p> | | | |

Lancer du poids 2 :



UER EPS

Préparation de leçon d'EPS

Nom : Muriel Mühlethaler

Classe : 10 VG

Effectif : 20

Durée : 45 minutes

Lieu : Nyon

Thèmes et intentions : 1. Prise de distance du lancer du poids
2. Autogestion des élèves dans un jeu annexe

Références au PER ou PEV : CM33 – Entraîner des techniques et développer des habiletés motrices en visualisant et en orientant son corps dans l'espace.

Progression des apprentissages : - Entraînement et perfectionnement à la technique de diverses formes de lancers (javelot, boulet, disque)

Attente fondamentale : utilise diverses techniques de courses, de sauts et de lancers visant à améliorer ses performances

| Objectifs | Activités | Organisation / contrôle de l'objectif |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>MT (10')</p> <p>Les ESC de se faire le plus de passes possibles avec un médecine ball de 2kg dans un temps donné par l'équipe adverse.</p> | <p>Echauffement spécifique : poignets, épaules, chevilles,...</p> <p>Une équipe fait un passe et va avec un médecine ball de 2kg. L'autre équipe sur le côté fait une estafette : la 1^{ère} personne descend tous les cônes, la 2^{ème} les relèvent, etc... (plus ils vont vite, moins l'autre équipe a le temps de faire des passes = horloge)</p> <p>Inversion des rôles, quelle équipe aura réussi à faire le plus de passes ?</p> | <p>4 équipes de 5</p> <p>2 jeux à la fois où deux équipes s'affrontent.</p> <p>Elève blessé compte le nombre de passes</p> <p>Maître : regarde que les élèves baissent et montent bien tous les cônes.</p> |
| <p>Partie principale (20')</p> <p>Les ESC de tirer le boulet le plus loin possible pour avoir une bonne distance pour les joutes de fin d'année.</p> <p>Les ESC de s'autogérer dans une activité connue et arbitrée par l'un de leur camarade.</p> | <p><u>Activité principale :</u></p> <p>La moitié de la classe vient vers moi et se met par deux. Les premiers lancent 2x pour échauffement puis lancent ensuite 3x où on prend les mesures. Les deuxièmes élèves placent une assiette à la hauteur de l'impact. Si le tir suivant est meilleur, ils déplacent l'assiette, sinon ils la laissent à la même place.</p> <p>Echange des rôles et même principe. Les deuxièmes roulent le boulet des premiers vers eux après chacun de leur tir.</p> <p>3 tirs chacun, on garde le meilleur.</p> <p><u>Activité secondaire :</u></p> <p>Balle au capitaine avec Mb comme ballon.</p> | <p>10 personnes jouent à l'activité secondaire arbitrée par l'élève blessé.</p> <p>10 élèves vers moi pour prendre les mesures.</p> <p>5 minutes avec banc à l'endroit 5 minutes avec banc à l'envers</p> |

Football 1 :

Date: Mercredi 13 avril 2016 **Classe :** 10VG3-10VP3 / **Effectif :** 17 ♀ / **Durée:** 1h30 / **Période / Heure:** p1&2 / 7h40 - 9h15 **Lieu:** Préverenges PgT 902
Thème de la leçon : Entraînement parcours en 8 + foot 1

| H | Objectifs | Activités | Organisation / Contrôle de l'objectif | Tps |
|------|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| 7h45 | | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Appel ☞ Echauffement ☞ Explications et démo du parcours | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Appel ☞ course a travers le parcours - spécifique poignets ☞ Par élèves. L'enseignant donne les recommandations nécessaires | 10min 5min |
| 8h15 | L'ESC de passer tous les obstacles du parcours | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Entraînement ☞ chronométrage ☞ Rassemblement ☞ Rangement ☞ Pause | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Par groupe de 5-6 dans 3 sections : 1: postes 1, 2 et 3 / 2: postes 4 & 5 / 3: Postes 6 & 7. +/- 4min par postes ☞ Runs par 2 pour le challenge + chronométrés pour qu'elles puissent se situer en vue de l'éval ☞ feedback enseignant - chronos - évals - consignes pour rangement ☞ L'enseignant donne une tâche spécifique par groupe | 15min 15min 5min |
| 8h41 | | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Exercices de mise en train football : maîtrise de balle | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Boire ☞ 1. Par 2 : l'une en face de l'autre dans largeur de salle : se faire des passes : a. Bon pied + contrôle / b. Bon pied sans contrôle / c. Mauvais pied + contrôle / d. Mauvais pied sans contrôle => Annonce obj. Quand 6 passes : assis ☞ 2. Mouche "géante" : ajouter 2 ou 3 ballons selon le niveau. | 3min 5min |
| 8h46 | l'ESC de faire 6 passes sans perdre le ballon | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Faire 3 équipes + mise en place des petits buts | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Les 2 équipes qui commencent à jouer mettent en place un petit but chacune. | 3min |
| 8h56 | | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Matchs pour évaluation diagnostique ☞ Match "brésilienne" ☞ Rangement des buts | <ul style="list-style-type: none"> ☞ + ou - 3x6 joueurs / Match sur 1 terrain / Rappel des règles en vigueurs ☞ Les élèves jouent 5 vs 5 avec gardien. L'enseignant observe. 2 buts = tournus ou max 4min. | 20min |
| 9h10 | | <ul style="list-style-type: none"> ☞ Fin | <ul style="list-style-type: none"> ☞ 3min ☞ Au revoir | |

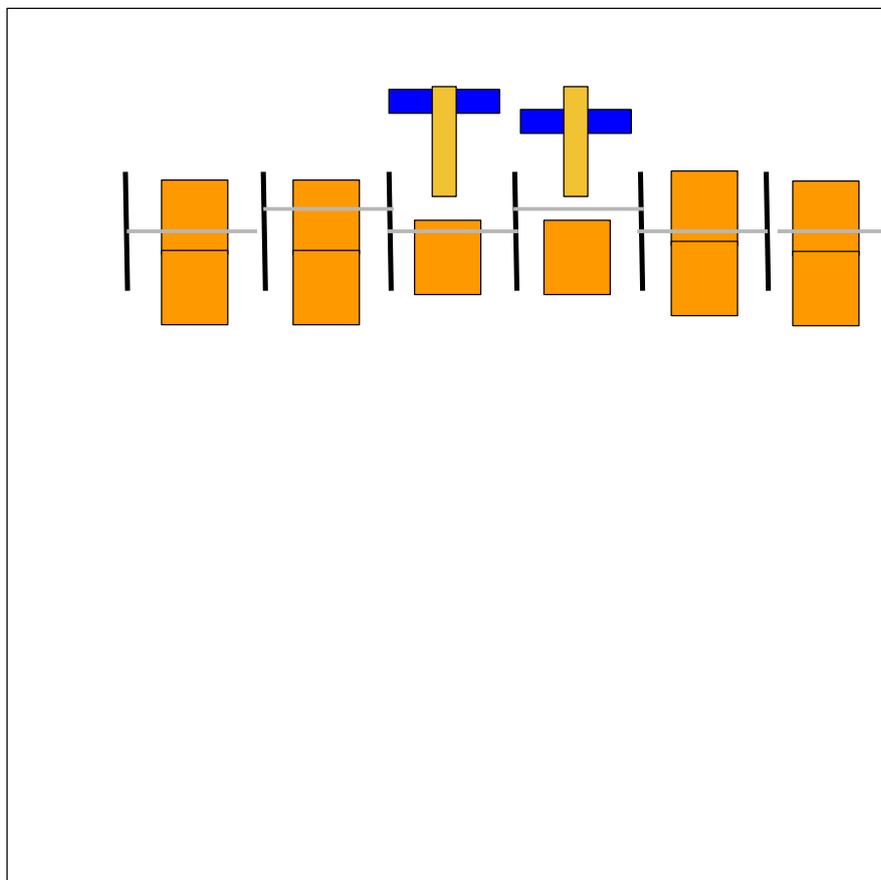
Football 2 :

Date: Mercredi 11 mai 2016 **Classe :** 10VG3-10VP3 / **Effectif :** 17 ♀ / **Durée:** 1h30 / **Période / Heure:** p1&2 / 7h40 - 9h15 **Lieu:** Préverenges PgT 902
Thème de la leçon : Foot 4 + Kinball 1

| H | Objectifs | Activités | Organisation / Contrôle de l'objectif | Tps |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| 7h45 | l'ESC de jouer en équipe en appliquant les règles des joutes et d'arbitrer ses camarades. | ☐ Appel | ☐ Appel | 8min |
| | | ☐ Echauffement : Nettoyage de printemps | ☐ 2. Enclos au centre de la salle : 4 bancs. Dedans = stock de ballons. Une équipe de 3 - 4 sort les ballons, les autres les y ramènent avec le pied. => ils doivent tirer le ballon contre le banc avant de les lancer (avec la main) dans le carré. !!! Regardez ou vous allez !!! Levez les yeux ... collisions !!! V1: pas lancer les ballons dans carré ms les shooter par-dessus bancs | |
| | | ☐ Rassemblement - Rangement bancs - mise en place grands buts - Retour assis milieu | ☐ Elèves assis - L'enseignant donne des tâches précises à chacun des élèves - quand rangé retour assis. | 3min |
| | | ☐ Mise en point de la suite ? | ☐ Règles joutes sont-elles ok? Equipes ok ? => 2 équipes sur le terrain (le maître désigne), 1 équipe dehors dont 2 arbitrent. | 5min |
| | | ☐ Matches | ☐ Matches - jouer en équipe ! Matches de 7min (V: Possibilité de conserver la zone de 10m interdite aux défenseurs) | 25min |
| | | ☐ Fin des matches - ranger buts - pause boire | ☐ Fin P1 | 10min |
| 8h20 | L'ESC d'engager et réceptionner selon les règles officielles. | ☐ Kin ball 1 - échauffements | ☐ 1. Loup => 1 ou 2 ballons 2. Cercles - couloir - chasseur pour chassé | 10min |
| | | ☐ Explications des règles de bases | ☐ Démo - mouvements - positions - règles du jeu | |
| | | ☐ Balle à 2 camps kinball | ☐ Balle à 2 camps | |
| 8h25 | | ☐ Si ok : tendre vers la forme finale | ☐ Evolution jeu | |
| | | ☐ Fin | ☐ Au revoir | |
| 9h10 | | | | |

6.2. Outils et schémas des cours

Agrès : mise en place des barres fixes.



Co-évaluation agrès :

1) Enseignant

| Evaluation barre fixe 10VG3 - 10VP3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------|--|-----------------------------------------------|----|----|----------|----|----|--------------------------------------------------------|----|----|----------|----|----|--------------------------------------|-----|-----|----------|------|------|--------------------------|----|----|-----------------------------------------------------------|----|----|--------------|--|--|
| Enseignant | | N1 - 1pt : Rotation en avant hauteur poitrine | | | | | | N2 - 1.5pt : Montée du ventre avec condition facilitée | | | | | | N3 - 2pt: Montée du ventre sans aide | | | | | | N4 - 3pts : Soleil avant | | | | | | | | |
| Niveau choisi | | S'enroule auour de la barre | | | Fluidité | | | S'enroule auour de la barre | | | Fluidité | | | S'enroule auour de la barre | | | Fluidité | | | Jambes tendues | | | Barre ne quitte pas le haut de la cuisse (pas de jaret !) | | | Assura ge | | |
| Exemple | | 3 | 1. | 2. | 3. | 1. | 2. | 3. | 1. | 2. | 3. | 1. | 2. | 3. | 1.√ | 2.√ | 3. X | 1. X | 2. X | 3. X | 1. | 2. | 3. | 1. | 2. | 3. | | |
| Mauranne | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Julia | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Ornella | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Serena | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Francisca | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Gabriely | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Valentine | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Katia T. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Katia M. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Halifax | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Aliya | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Inès | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Mila | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Camille | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Maeva | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Fanny | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Charlotte | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

2) Elèves

| Evaluation barre fixe 10VG3 - 10VP3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------|--|-----------------------------------------------|----|----|---------------------------|----|----|--------------------------------------------------------|----|----|----------------------------------------|----|----|--------------------------------------|-----|-----|----------------------------------------|------|------|--------------------------|----|----|----------------------------------------|----|----|----|--|--|--|
| Elève | | N1 - 1pt : Rotation en avant hauteur poitrine | | | | | | N2 - 1.5pt : Montée du ventre avec condition facilitée | | | | | | N3 - 2pt: Montée du ventre sans aide | | | | | | N4 - 3pts : Soleil avant | | | | | | | | | |
| Niveau choisi | | Stabilise la position de départ sur la barre | | | Pose les pieds en douceur | | | Aucune aide d'un camarade | | | Stabilise à l'appui sur la barre (fin) | | | Aucune aide d'un camarade | | | Stabilise à l'appui sur la barre (fin) | | | Position des mains ok | | | Stabilise a l'appui sur la barre (fin) | | | | | | |
| Exemple | | 3 | 1. | 2. | 3. | 1. | 2. | 3. | 1. | 2. | 3. | 1. | 2. | 3. | 1.√ | 2.√ | 3. X | 1. X | 2. X | 3. X | 1. | 2. | 3. | 1. | 2. | 3. | | | |
| Mauranne | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Julia | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Ornella | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Serena | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Francisca | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Gabriely | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Valentine | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Katia T. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Katia M. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Halifax | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Aliya | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Inès | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Mila | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Camille | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Maeva | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Fanny | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Charlotte | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Postes lancer du poids 1 :

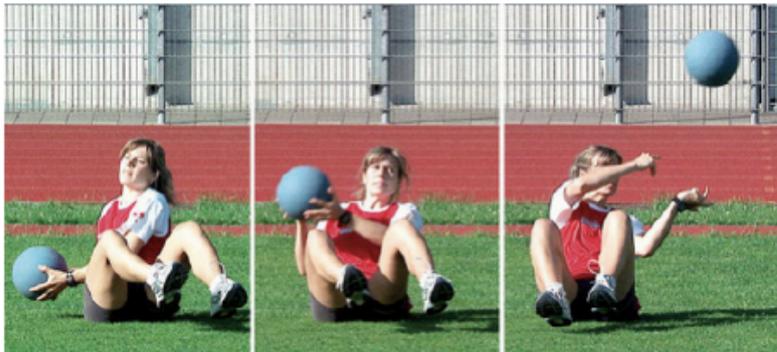
Poste 1 - la poussée jambes



1. Médecine-ball (Mb) tenu à 2 mains au-dessus de la tête.
2. Fléchir bras et jambes.
3. Poussée complète pour arriver à l'alignement pied/genou/bassin/épaule en lançant vers le haut

!!! Pousser longtemps avec les jambes !!!

Poste 2 - Transfert



1. Par 2
2. Assis, jambes **surélevées**, bras **tendus**
3. Saisir le ballon à droite et le lancer à deux mains à son partenaire
4. Rattraper le ballon et le lancer à son tour à son partenaire mouvement inverse (de gauche à droite)

!!! Toujours garder la position assise, jambes surélevées !!! Changer de côté au 2ème tour !!!

Objectif:

- Stabilisation de la ceinture abdo-dorsale
 - Renforcement des bras et du tronc
-

Poste 3 - Passes à 2, poussée



1. Ballon devant la poitrine.
2. Le repousser, **coudes à l'horizontale**, en direction de ton partenaire.
Variante 1: Idem de la position assise, jambes surélevées, sans perdre l'équilibre.
Variante 2 : Idem sur un pied

Ne pas dépasser la ligne de lancer (corde tendue devant vos pieds)

Poste 4 - le Canon



1. Départ jambes parallèles, dos bien droit.
2. Lancer le ballon vers l'avant, bras tendus en fin de mouvement.
3. Extension complète du corps.

Objectif:

- Lancer un ballon vers l'avant en maintenant une position du corps tendu
 - Renforcer la musculature des bras et du tronc
-

Poste 5 – les pas du lancer



- 1) Regarder dans la direction inverse du lancer avec la jambe gauche en arrière (pour les droitiers)
- 2) Pivoter en gardant les jambes au même endroit (!! Boulet toujours vers le cou, avec coude perpendiculaire au corps !!)



- 3) Extension des jambes puis du bras
- 4) Reprendre l'équilibre

Variante 1 : Que la rotation

Variante 2 : Même mouvement mais avec un pas chassé avec la jambe arrière du début avant de réaliser la rotation

6.3. Minutes consacrés dans chaque catégorie par activités

Saut en hauteur 1

Temps total : 0 :50 :45

Temps d'inactivité :

- 1) Consignes, démo : 0 :08 :06
- 2) En attente : 0 :17 :47
- 3) Feedback : 0 :01 :00

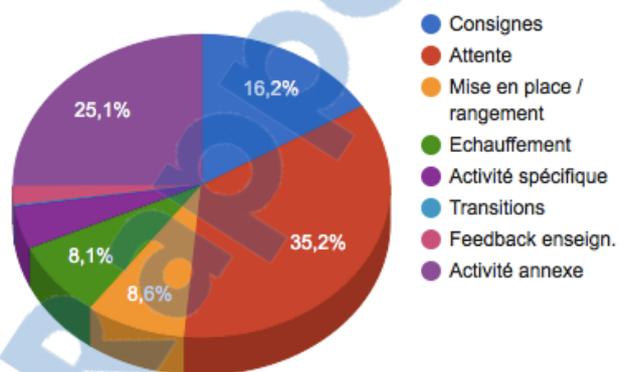
Total inactivité : 0 :26 :53 (53%)

Temps d'activité :

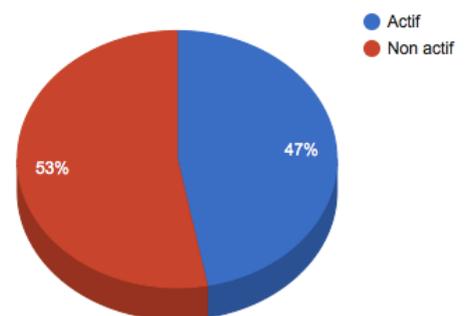
- 1) Mise en place, rangement :
0 :04 :27
- 2) Echauffement : 0 :04 :04
- 3) Activité spécifique : 0 :02 :28
- 4) Activité annexe : 0 :12 :45
- 5) Transition, changement de postes : 0 :00 :08

Total activité : 0 :23 :52 (47%)

Saut en hauteur 1



Saut en hauteur 1



Saut en hauteur 2

Temps total : 0 :59 :23

Temps d'inactivité :

- 1) Consignes, démo : 0 :11 :26
- 2) En attente : 0 :26 :30
- 3) Feedback : 0 :01 :25

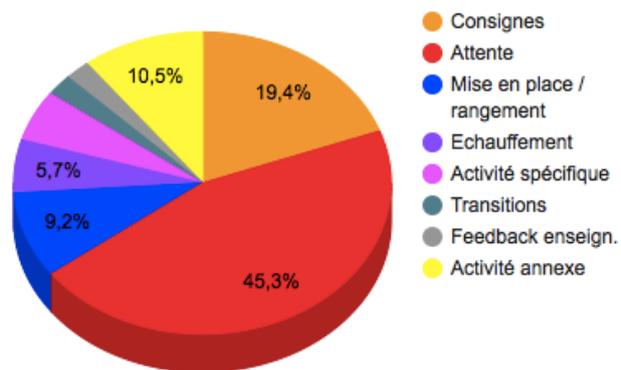
Total inactivité : 0 :39 :21 (66,20%)

Temps d'activité :

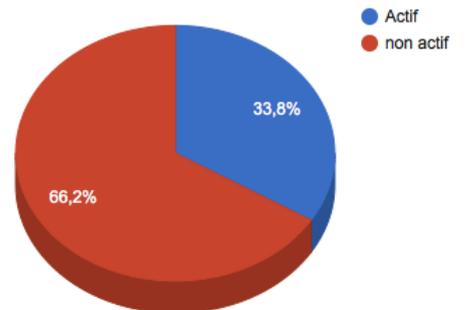
- 1) Mise en place, rangement : 0 :05 :34
- 2) Echauffement : 0 :03 :30
- 3) Activité spécifique : 0 :03 :17
- 4) Activité annexe : 0 :06 :09
- 5) Transition, changement de postes : 0 :01 :32

Total activité : 0 :20 :02 (33,80%)

Saut en hauteur 2



Saut en hauteur 2



Lancer du poids 1

Temps total : 0 :52 :50

Temps d'inactivité :

- 1) Consignes, démo : 0 :13 :00
- 2) En attente : 0 :10 :11
- 3) Feedback : 0 :02 :03
- 4) Hors champs : 0 :01 :11

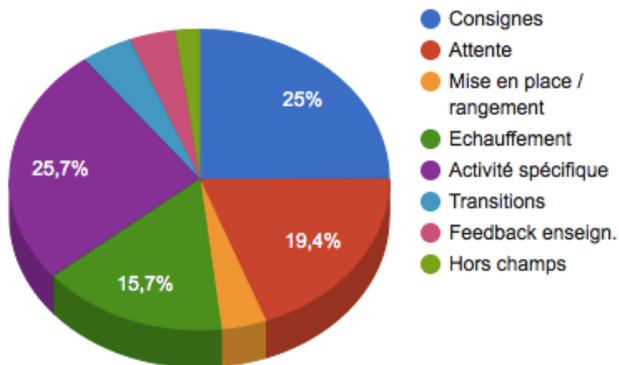
Total inactivité : 0 : 26 :25 (50%)

Temps d'activité :

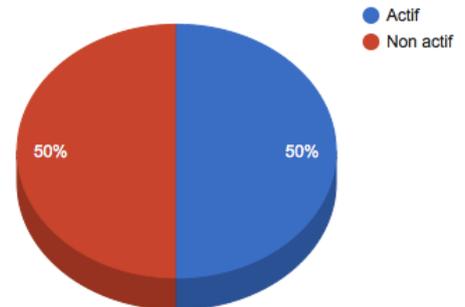
- 1) MEP, rangement : 0 :02 :00
- 2) Echauffement : 0 :08 :17
- 5) Activité spécifique : 0 :13 :41
- 6) Transition, changement de postes : 0 :02 :27

Total activité : 0 :26 :25 (50%)

Lancer du poids 1



Lancer du poids 1



Lancer du poids 2

Temps total : 0 :50 :03

Temps d'inactivité :

- 7) Consignes, démo : 0 :05 :53
- 8) En attente : 0 :08 :43
- 9) Feedback : 0 :01 :22
- 10) Observation : 0 :05 :13

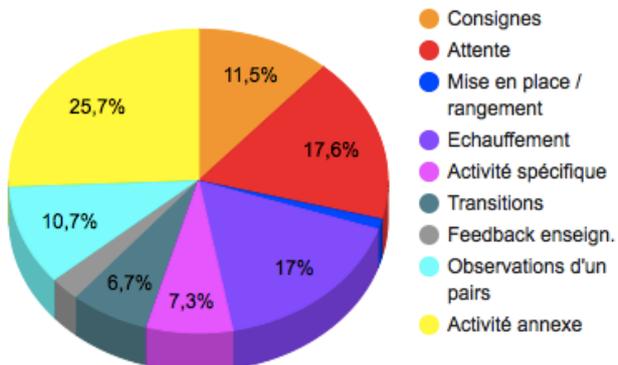
Total inactivité : 0 : 21 :11 (42.5%)

Temps d'activité :

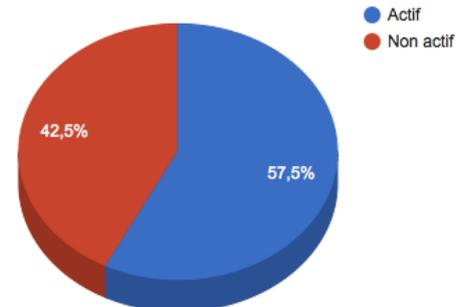
- 2) MEP, rangement : 0 :00:52
- 2) Echauffement : 0 :08 :15
- 11) Activité spécifique : 0 :03 :50
- 12) Transition, changement de postes : 0 :03 :22
- 13) Activité annexe : 0 :12 :33

Total activité : 0 :28 :52 (57,5%)

Lancer du poids 2



Lancer du poids 2



Volley 1

Temps d'inactivité :

- 4) Consignes, démo : 0 :05 :16
- 5) En attente : 0 :01 :53
- 6) Feedback : 0 :02 :16

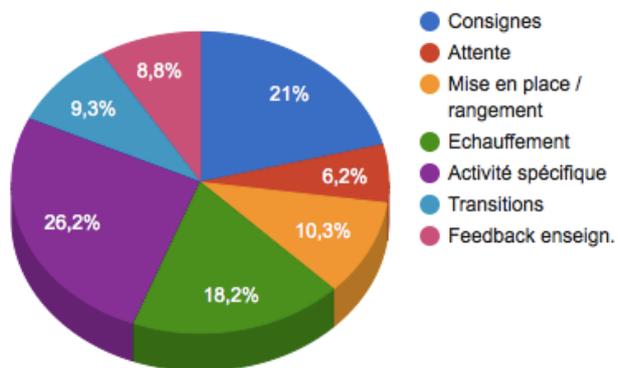
Total inactivité : 0 :09 :25 (35,9%)

Temps d'activité :

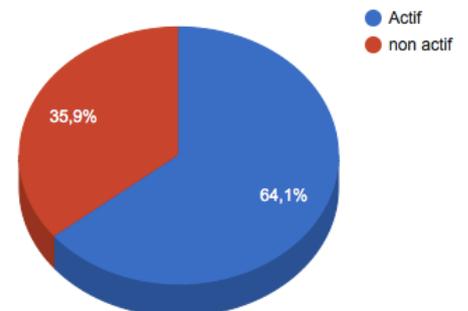
- 6) Mise en place, rangement :
0 :02 :54
- 7) Echauffement : 0 :04 :48
- 8) Activité spécifique : 0 :06 :44
- 9) Activité annexe : 0 :00 :00
- 10) Transition, changement de postes : 0 :02 :29

Total activité : 0 :16 :55 (64,1%)

Volley 1



Volley 1



Volley 2

Temps total : 0 :30 :43

Temps d'inactivité :

- 1) Consignes : 0 :02 :58
- 2) En attente : 0 :07 :09
- 1) Feedback : 0 :00 :42

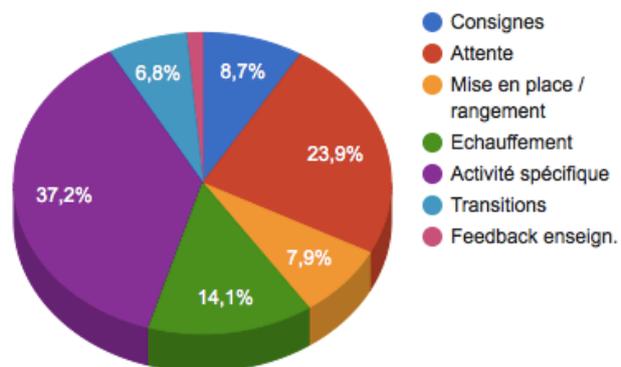
Total inactivité : 0 :10 :49 (34,9%)

Temps d'activité :

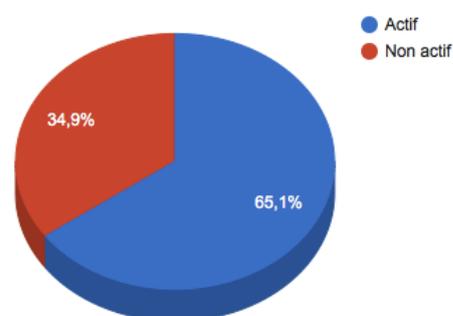
- 2) MEP, rangement : 0 :02 :33
- 3) Echauffement : 0 :04 :18
- 4) Activité spécifique : 0 :11 :01
- 5) Transition : 0 :02 :02

Total activité : 0 :19 :54 (65.1%)

Volley 2



Volley 2



Badminton 1

Temps total : 0 :33 :32

Temps d'inactivité :

2) Consignes : 0 :08 :45

2) En attente : 0 :00 :26

6) Feedback : 0 :00 :00

Total inactivité : 0 :09 :11 (27,3%)

Temps d'activité :

7) MEP, rangement : 0 :04 :40

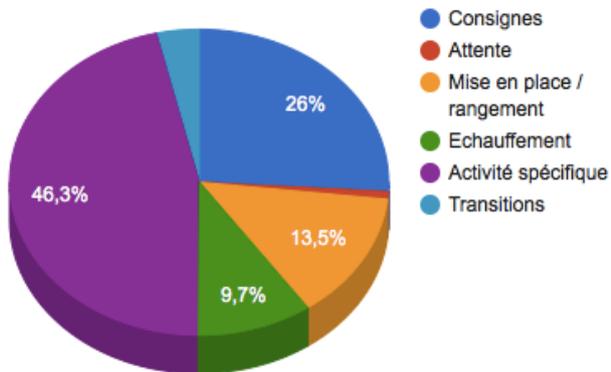
8) Echauffement : 0 :03 :17

9) Activité spécifique : 0 :15 :05

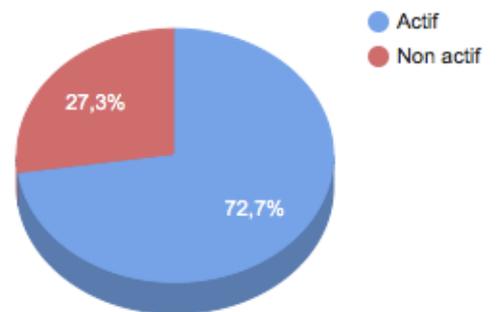
10) Transition : 0 :01 :19

Total activité : 0 :24 :21 (72,7%)

Badminton 1



Bad 1



Badminton 2

Temps total : 0 :31 :13

Temps d'inactivité :

3) Consignes : 0 :03 :43

2) En attente : 0 :05 :38

11) Feedback : 0 :00 :41

Total inactivité : 0 :10 :02 (32,2%)

Temps d'activité :

12) MEP, rangement : 0 :04 :00

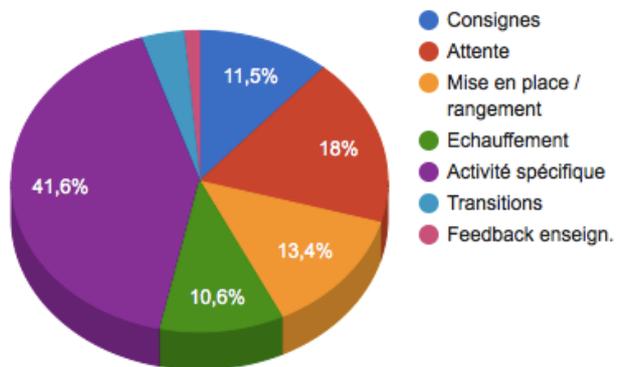
13) Echauffement : 0 :03 :16

14) Activité spécifique : 0 :12 :45

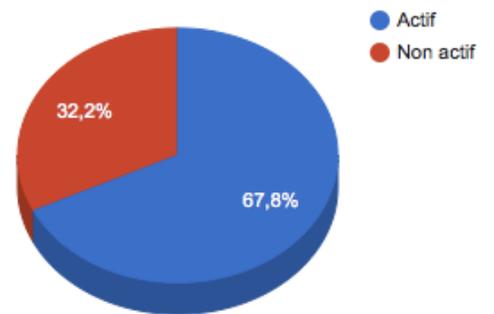
15) Transition : 0 :01 :10

Total activité : 0 :21 :11 (67,8%)

Badminton 2



Bad 2



Football 1

Temps total : 0 :41 :21

Temps d'inactivité :

- 4) Consignes : 0 :04 :12
- 2) En attente : 0 :09 :56
- 16) Feedback : 0 :03 :44
- 17) Hors champs : 0 :00 :20

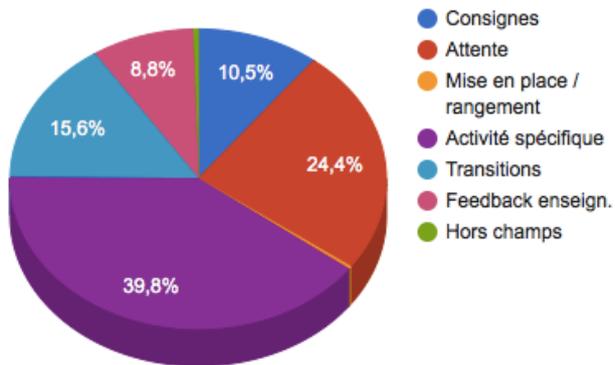
Total inactivité : 0 :18 :12 (45%)

Temps d'activité :

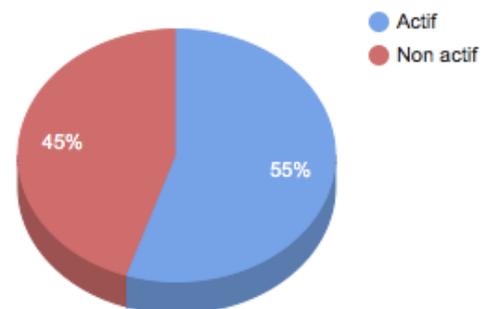
- 18) MEP, rangement : 0 :00 :12
- 19) Echauffement : 0 :00 :00
- 20) Activité spécifique : 0 :15 :58
- 21) Transition : 0 :06 :09

Total activité : 0 :23 :09 (55%)

Foot 1



Foot 1



Football 2

Temps total : 0 :51 :34

Temps d'inactivité :

5) Consignes : 0 :10 :36

2) En attente : 0 :06 :22

22) Hors champs : 0 :05 :33

Total inactivité : 0 :22 :31 (43,5%)

Temps d'activité :

23) MEP, rangement : 0 :06 :51

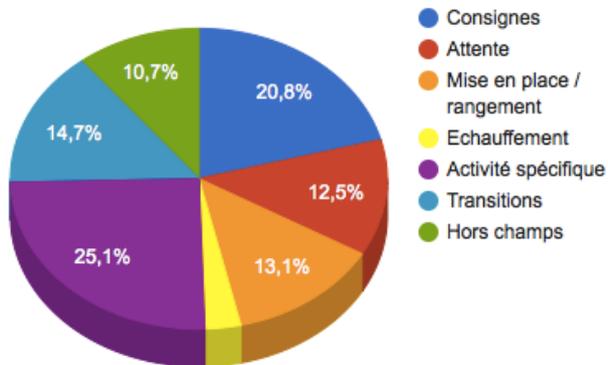
24) Echauffement : 0 :01 :53

25) Activité spécifique : 0 :12 :49

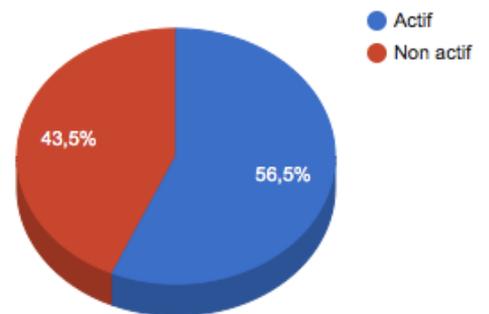
26) Transition : 0 :07 :30

Total activité : 0 :29 :03 (56.5%)

Foot 2



Foot 2



Agrès 1

Temps total : 1 :02 :28

Temps d'inactivité :

- 6) Consignes : 0 :20 :07
- 2) En attente : 0 :17 :51
- 27) Feedback : 0 :01 :54
- 28) Observation : 00 :02 :23

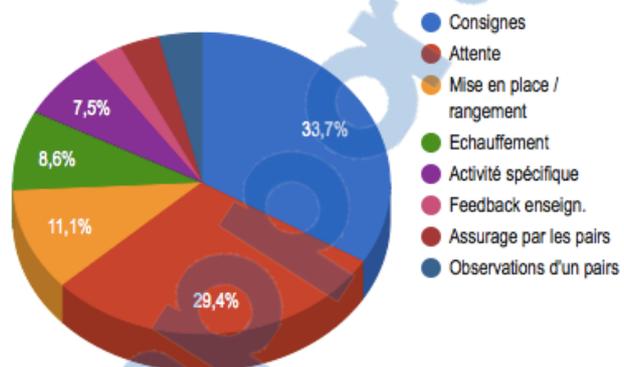
Total inactivité : 0 :42 :15 (67,7%)

Temps d'activité :

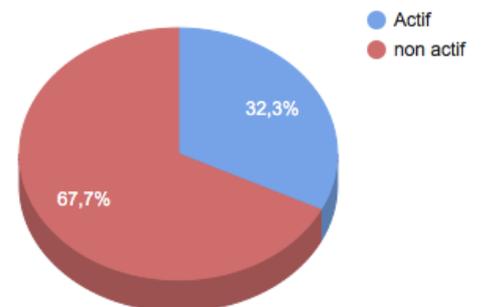
- 29) MEP, rangement : 0 :06 :58
- 30) Echauffement : 0 :05 :10
- 31) Activité spécifique : 0 :04 :48
- 32) Transition : 0 :00 :54
- 33) Assurage : 00 :02 :23

Total activité : 0 :20 :13 (32,3%)

Agrès 1



Agrès 1



Agrès 2

Temps total : 1 :04 :10

Temps d'inactivité :

- 7) Consignes : 0 :10 :14
- 2) En attente : 0 :08 :10
- 34) Feedback : 0 :01 :56
- 35) Observation : 00 :04 :02

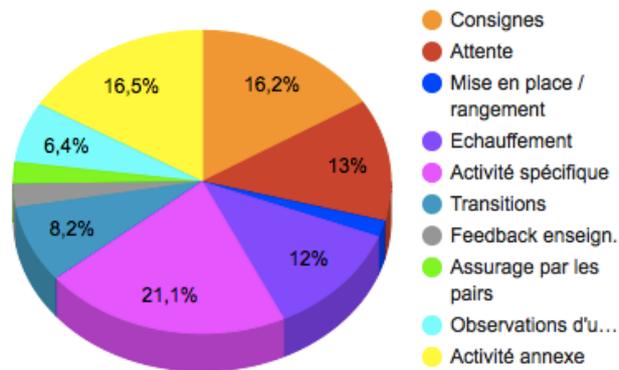
Total inactivité : 0 :24 :22 (38%)

Temps d'activité :

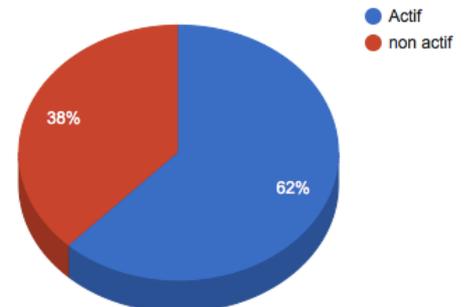
- 36) MEP, rangement : 0 :01 :07
- 37) Echauffement : 0 :07 :52
- 38) Activité spécifique : 0 :13 :17
- 39) Transition : 0 :05 :15
- 40) Activité annexe : 0 :10 :31

Total activité : 0 :39 :48 (62%)

Agrès 2



Agrès 2



6.4. Graphiques non utilisés

