

Les EFS mouillent le maillot

Dans le cadre de leur formation en Master Métiers de l'Enseignement, de l'Education et de la Formation, quarante-deux professeurs des écoles stagiaires de la promo 2016/2017 ont eu l'occasion de participer à une journée athlétisme organisée par la DSDEN à la Halle d'Athlétisme de Metz. Cette formation, encadrée par deux conseillers pédagogiques de circonscription (Dominique BIGOT (Metz Est) et Alexis JEAN (Rombas)) et deux conseillers départementaux (Jean- Jacques JESSEL et Gilles LEDOUX), a pour but de permettre aux étudiants de découvrir diverses facettes de l'enseignement de l'athlétisme. L'organisation mis en œuvre a également pour objectifs de :

« Faire vivre une rencontre normalement située en fin de cycle d'apprentissage et de faire toucher du doigt les différents aspects indispensables à prendre en compte pour la réussite d'une rencontre EPS/USEP. »

Après une brève présentation du déroulé de la journée, les professeurs stagiaires ont vécu différentes phases.

L'échauffement

Ils ont débuté leur journée par des tours de stade en courant. Puis un échauffement se présentant sous deux aspects afin d'être préparés aux différents contextes de classes qu'ils pourraient rencontrer :

D'une part sous forme de parcours requérant divers objets : une échelle de rythme, un banc, des haies de différentes tailles ainsi que des cerceaux.

*« Le sport c'est aussi
intellectuel »*

Afin de réaliser certains exercices, les étudiants ont eu à réfléchir afin de coordonner tous leurs membres et de respecter les attendus du conseiller pédagogique.



Mais aussi, dans le cas où les professeurs seraient confrontés à une école ne disposant pas de matériel (ou de temps), un échauffement activo-dynamique, également proposé par l'un des conseiller pédagogique, se basant sur le travail des différents muscles du corps sans utilisation



L'échauffement activo-dynamique

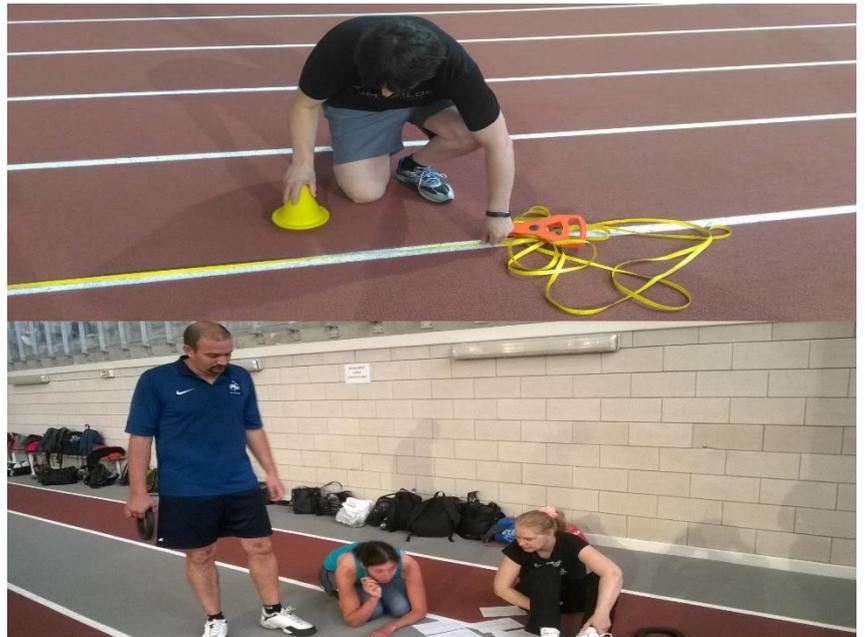
de matériel et au travers de divers exercices tels que des abdos, de la course talons-fesses, des montées de genoux, des étirements, etc., facilement reproductibles par des élèves de tout âge.

Les ateliers

Les professeurs se sont ensuite répartis par groupe afin de mettre en place six ateliers différents :

- La course de vitesse sur quarante mètres sur deux couloirs
- La course de haies sur quarante mètres avec quatre haies sur deux couloirs
- Le triple bond avec une planche d'appel à quatre mètres cinquante en portant une attention spécifique à l'ordre dans lequel sont posés les pieds (droite, droite, gauche pour les gauchers et gauche, gauche, droite pour les droitiers)
- Le saut en longueur
- Le lancer loin en rotation à l'aide d'un anneau
- Le lancer lourd en poussée à l'aide d'un ballon (trois essais possibles)

Ils ont alors eu à installer le matériel pour le premier atelier découvert, puis à décider des critères de réussite et d'évaluation pour chaque atelier en testant et en réajustant au fil des performances de chacun (quels points pour quelle distance, pour quelle vitesse, et.), comme ils le feraient face à des élèves.



La préparation des différents ateliers

Les stagiaires ont ensuite pu vivre eux-mêmes les différentes situations afin de découvrir ce que les élèves pourraient ressentir dans ces divers ateliers, mais aussi les différents aspects physiques et techniques à mettre en place afin d'atteindre les critères précédemment choisis. Au fil des différentes rotations, les formateurs ont donné des conseils aux étudiants notamment pour l'explication des ateliers (faire appel à un élève pour « montrer » le geste aux autres), pour la mise en place d'ateliers décrochés (pour la course de vitesse par exemple, prévoir des activités spécifiques aux départs, aux arrivées, à la foulée, etc.) mais aussi pour l'organisation de rencontre d'athlétisme.



Le lancer lourd en poussée



Le triple bond



Le lancer en rotation



La course de vitesse sur quarante mètres



La course de haies



Le saut en longueur

Le relais

Pour clôturer la matinée, les étudiants ont pris part à différents relais. D'une part le relais classique sur un km, pour lequel chaque groupe a eu à désigner l'ordre des coureurs (quatre coureurs), les premiers avaient le témoin en main et devaient se placer dans leur couloir respectif. Ce relais mobilisant peu d'élèves il est intéressant de pratiquer le relais « navette » c'est-à-dire une équipe dans chaque couloir, devant effectuer un maximum d'aller-retour dans un temps donné (ici 2 minutes).



Le relais classique



Le relais « navette »

L'organisation d'une telle matinée a permis aux professeurs des écoles stagiaires de mêler différents aspects de leur métier (la théorie, la pratique mais aussi la didactique de l'athlétisme) tout en sortant de l'habituel schéma de cours universitaire. Ils ont également bénéficié de l'expérience et des conseils de formateurs qu'ils pourront mettre en place par la suite dans leurs affectations en tant que professeurs des écoles titulaires.

Ils auront également l'occasion de participer aux rencontres d'athlétisme, organisées par l'USEP dans les circonscriptions, favorisant notamment l'esprit du groupe classe puisque, malgré l'aspect individuel de l'athlétisme, les classements de ces journées se font par rapport à l'ensemble des élèves d'une classe. Elles permettent également la sensibilisation des enfants à divers sujets tels que la protection de l'environnement, le respect de soi et des autres.

« Cela change des séances en cours »

« C'est motivant »

« On s'est bien amusé »