

L'EPS au cycle 1

AGIR ET S'EXPRIMER AVEC SON CORPS, programme 2008 :

« L'activité physique et les expériences corporelles sont l'occasion d'explorer, de s'exprimer, d'agir dans des environnements familiers, puis, progressivement, plus inhabituels. Elles permettent de se situer dans l'espace. »

- Agir et s'exprimer avec son corps :
 - pour construire les acquisitions fondamentales ;
 - par le jeu, l'action, la recherche autonome et l'expérience sensible.
- Au cycle 1, l'activité physique est un moyen privilégié :
 - d'action ;
 - d'exploration ;
 - d'expression ;
 - de communication.

● **Les objectifs du domaine « Agir et s'exprimer avec son corps » :**

→ **favoriser la construction des actions motrices fondamentales** (acquisition d'un répertoire moteur de base) :

- déplacements (marcher, courir, sauter, ramper, rouler, grimper...) ;
- équilibres (s'arrêter, tirer, pousser, saisir, transporter...) ;
- manipulations ;
- lancers et réceptions d'objets (lancer loin, dans, par-dessus... recevoir, bloquer, attraper...)

→ **permettre une première prise de contact avec les diverses activités physiques**

Par la pratique d'activités qui comportent des règles, ils développent leurs capacités d'adaptation et de coopération.

→ **découvrir les activités d'expression à visée artistique** que sont les rondes, les jeux dansés, le mime, la danse qui permettent tout à la fois l'expression par un geste maîtrisé et le développement de l'imagination

→ **acquérir une image orientée de son propre corps grâce aux diverses activités.** Les petits. Ils distinguent ce qui est : devant, derrière, au-dessus, au-dessous, puis à droite et à gauche, loin et près. Ils apprennent à suivre des parcours élaborés par l'enseignant ou proposés par eux ; ils verbalisent et représentent ces déplacements.

À la fin de l'école maternelle l'enfant est capable de :

- adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variés ;
- coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement ; accepter les contraintes collectives ;
- s'exprimer sur un rythme musical ou non, avec un engin ou non ; exprimer des sentiments et des émotions par le geste et le déplacement ;
- se repérer et se déplacer dans l'espace ;
- décrire ou représenter un parcours simple.

1 - Caractéristiques de l'activité physique des tout-petits

Les tout-petits entretiennent un rapport spécifique au corps et à l'espace.

Toutes les actions motrices réalisées par les enfants de Petite section peuvent se regrouper en 2 grandes catégories :

- les activités de posture, locomotion, manipulation ;
- les activités d'expression et de communication.

Les habiletés corporelles sont entièrement à construire. Ainsi, il est nécessaire de :

→ permettre à l'enfant de mettre en jeu sa fonction d'équilibration (équilibre statique et dynamique) :

- s'équilibrer : explorer l'espace dans toutes ses dimensions (équilibres habituels et inhabituels, tête en bas, stables et instables, expériences de rééquilibration sur des surfaces horizontales, inclinées, obliques ou verticales) ;
- équilibrer des objets (action de manipulation et transport d'objets variés) ;

→ permettre à l'enfant de mettre en jeu plusieurs types de coordination :

- coordination jambes/bras (marche et déplacements dans différents plans) ;
- coordination globale (explorer l'espace dans les 3 dimensions, grimper, rouler, descendre...) ;
- coordination fine (dissociation segmentaire, indépendance des différentes parties du corps, jeux de doigts, lancer, faire rouler pied/bras différents).

→ permettre à l'enfant une mise en jeu de sa régulation tonique (difficulté par exemple à 2 ans pour s'immobiliser quelques secondes à la demande alors qu'à 3 ans l'enfant peut s'arrêter quelques secondes sur un pied).

L'enfant perçoit l'espace par l'action. Il construit avec l'espace :

- un rapport de séparation. L'expérience de la manipulation et du transport d'un élément par rapport à l'autre est déterminant dans cet aspect de la perception de l'espace ;
- un rapport de succession spatiale (ou rapport d'ordre). L'enfant perçoit la disposition relative de différents objets rangés de façon constante dans son environnement ;
- un rapport intérieur/extérieur ;
- un rapport à la frontière.

Le petit perçoit les éléments de l'espace avant de percevoir son propre corps. La perception de l'espace est donc liée aux objets ce qui justifie l'importance des actions de manipulation et de transport de matériels divers.

Les rapports spatiaux résultent de l'activité sensori-motrice de l'enfant. Les notions se construisent par opposition : intérieur/extérieur, ouvert/fermé, dedans/dehors...

Le tout-petit ne peut se représenter mentalement les axes (horizontal et vertical). Il ne peut conserver les distances ou les formes d'où leur difficulté récurrente à réaliser une ronde.

Comment l'enfant de PS apprend-il en EPS ?

- exploration active du milieu ;
- expérimentation sur les objets, l'espace et les possibilités motrices ;
- espaces aménagés ;
- situations riches.

L'activité motrice a une double conséquence sur le développement de l'enfant. Elle favorise :

- la maturation des centres nerveux ;
- la découverte et la fixation de nouvelles possibilités motrices.

2 – Expériences corporelles et langage

L'activité physique est prétexte à l'expression (corps, langage, dessin...).

Ces moments doivent se dérouler pour leur grande part dans la classe en amont et en aval de l'activité motrice qui reste le premier objectif.

Le maître doit prévoir :

- un lieu d'échanges (dans la salle d'activité) où les enfants s'assoient.
passation des consignes, information sur l'activité qui va suivre, définition des groupes, attribution des rôles, désignation des responsables pour chaque groupe, annonce des critères de réussite (condition nécessaire à la motivation des élèves), présentation des signaux (sonores ou visuels) de début et fin d'activité, verbalisation en fin de séance autour des difficultés rencontrées, des réussites, du respect des consignes, du plaisir (ou non) éprouvé...
- un lieu d'action (salle de motricité, gymnase, salle des fêtes...)
- un lieu de communication-synthèse, dans la classe : évaluation globale des progrès des élèves, auto évaluation de l'élève à partir des critères de réussite (codage, fiches évaluation...), dessin ou schéma de l'activité, de l'atelier, de ce qu'on a préféré faire, prolongement envisagé de la séance .

3 – Articulation avec les autres domaines d'activités

- découvrir le monde : repérage dans l'espace et représentation de l'espace ;
- découvrir le monde : connaissances sur le corps, son fonctionnement, la santé ;
- découvrir le monde : connaissances sur les différents aspects des principaux éléments (terre, eau...)
- découvrir le monde : connaissances sur la qualité des matériaux ;
- sensibilité, imagination, création : réalisation de dessins, modelage, fresque ;
- éducation musicale : acquisition d'un patrimoine culturel danses et rondes traditionnelles, spectacles, vidéos...
- ...

4 – Activité de l'élève et rôle du maître

→ L'activité motrice de l'élève doit être maximale. Le maître doit répondre au plaisir d'agir (dans la sécurité) et au besoin de bouger de l'élève. Le temps de pratique doit être suffisant : des séances quotidiennes de 30 à 45 mn.

→ L'élève doit :

- découvrir et explorer (espaces différents, objets variés) ;
- manipuler et transporter (objets divers) ;
- rechercher de nouvelles façons de faire ;
- se confronter à des obstacles ;
- s'exprimer avec son corps ;
- rencontrer d'autres élèves (imiter les conduites, communiquer et jouer avec d'autres) ;
- participer à une action commune (jeu collectif, chorégraphie...).

→ L'enfant doit répéter pour progresser. Il est donc nécessaire de proposer aux élèves à certains moments la même situation que la séance précédente et la faire évoluer suivant les réponses des élèves.

→ L'enseignant a un rôle majeur :

- inciter l'enfant à agir et valoriser les réussites ;

- inciter à l'imitation et la répétition ;
- accepter que certains petits regardent les autres mais n'agissent pas d'emblée ;
- organiser les espaces et les circulations (à 2 ans, laisser le petit agir où il veut quand il veut. Il ne peut différer son désir d'action...)
- verbaliser les buts et les actions de chaque enfant :
- communication verbale (en situation chez les petits, en évocation en fin MS/GS)
inciter/encourager/commenter/reformuler/expliciter/suggérer/guider/aider/interagir...
- communication non verbale
présence, regard, contact physique, pour sécuriser et encourager ;
- diversifier les aménagements du milieu (concevoir des situations riches et variées)
- diversifier les espaces
- à l'intérieur : salle de motricité, salle des fêtes, gymnase, parquet, moquette....
- à l'extérieur : cour, forêt, parc, sable, herbe, bitume...
- proposer des situations qui permettent à l'enfant d'exercer :
- sa motricité globale (postures, transports, manipulations diverses...);
- sa fonction d'équilibration et d'ajustement.

Bibliographie : Education physique à l'école maternelle, Equipe EPS du Maine et Loire, octobre 2002

Equipe EPS de Charente, avril 2011