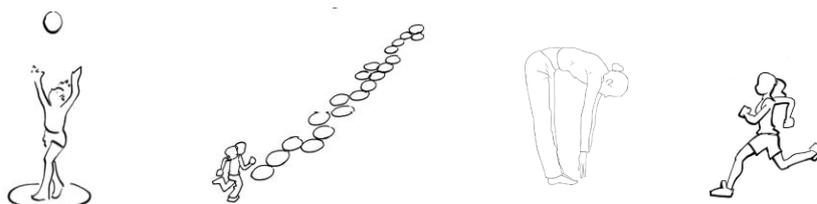


## Application de suivi des « conduites motrices » à destination des élèves de cycle 3

Il s'agit, pour les écoles volontaires, de faire réaliser aux élèves de cycle 3, durant une ou plusieurs séances d'EPS ou d'APQ 30, cinq ateliers de compétences individuelles relatives à la coordination, la souplesse, l'endurance cardio-pulmonaire et l'explosivité.

L'objectif est de réaliser un suivi de compétences et leurs évolutions du CM1 à la 6<sup>e</sup>. Il s'agira ainsi de mesurer l'impact de l'activité physique et sportive scolaire, péri et extra-scolaire quotidienne. Les résultats permettront de souligner l'intérêt de l'EPS et des 30' d'APQ dans le développement psychomoteur des élèves, leur épanouissement et leur bien-être.

Pour une étude complète des capacités des élèves, ces ateliers pourront être réalisés à deux moments distincts, particulièrement en début et en fin d'année scolaire. Un questionnaire pourra y être associé pour identifier les corrélations entre l'activité physique régulière et l'attention ou la mémorisation des élèves.



Les ateliers se veulent simples et rapides à mettre en œuvre, en autonomie et facilement compréhensibles pour des élèves de cycle 3. Ils sont volontairement individuels et sans lien direct les uns avec les autres : ils peuvent donc être proposés dans n'importe quel ordre, sur une ou plusieurs séances. L'inaptitude partielle ou totale pour un atelier n'a donc aucune conséquence sur le résultat des autres évaluations.

Les ateliers sont identiques en CM1 et CM2 et en début et fin d'année scolaire et doivent permettre de mesurer les progrès de l'élève sur une partie ou la totalité du parcours de formation en cycle 3.

Le matériel utilisé pour leurs mises en place provient essentiellement du kit JO/30' APQ, reçu dans chaque école. Pour limiter au maximum l'impact du comportement d'un pair sur les résultats de l'élève, ces ateliers seront à réaliser seul. Un tableau de recueil des données vous est proposé en annexe 1.

Les résultats aux ateliers pourront permettre aux professeurs des écoles d'apprécier plus finement la cohérence de leur programmation d'EPS et la place de la pratique physique et sportive dans leurs projets et pratiques pédagogiques. En ce sens, le tableau de résultats au format « excel » sera à retourner au CPD EPS sans liste nominative d'élèves. En revanche, cette liste devra être conservée par l'école pour assurer un suivi individualisé des élèves.

Adresse e-mail d'envoi : [ce.cpd-eps.dsden39@ac-besancon.fr](mailto:ce.cpd-eps.dsden39@ac-besancon.fr)

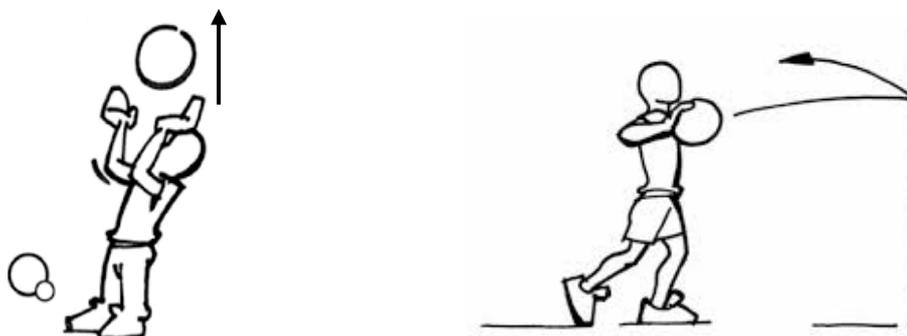
## Présentation des ateliers

### - **Atelier 1 : La coordination externe**

Il s'agit pour cet atelier de réceptionner et passer un ballon.

Situé à 2m d'un mur, l'élève doit réaliser 5 passages : chaque tentative est comptabilisée.

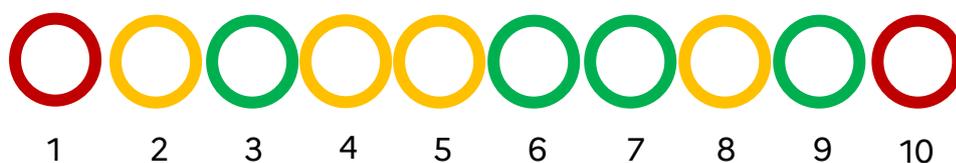
Un passage est caractérisé par un ballon lancé et réceptionné en l'air au-dessus de la tête, puis lancé et réceptionné contre un mur. Pour que le passage soit validé, le ballon ne doit pas toucher le sol. Est alors comptabilisé sur 5 passages, le nombre de tentatives entièrement réussies.



### - **Atelier 2 : La coordination interne**

Il s'agit pour cet atelier de sauter et se réceptionner dans des zones à 1 ou 2 pieds, alternativement ou simultanément.

L'élève doit alors réaliser le plus rapidement possible le parcours suivant : départ  **pieds joints**  dans le 1<sup>er</sup> cerceau, puis 2<sup>e</sup> cerceau :  **pied droit** , 3<sup>e</sup> cerceau :  **pied gauche** , 4<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> cerceaux :  **pied droit** , 6<sup>e</sup> et 7<sup>e</sup> cerceaux :  **pied gauche** , 8<sup>e</sup> cerceau :  **pied droit** , 9<sup>e</sup> cerceau :  **pied gauche** , 10<sup>e</sup> (dernier cerceau) :  **pieds joints** .

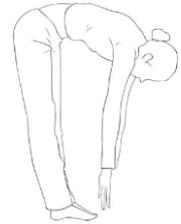


Le parcours est chronométré. Si l'élève se déséquilibre et pose le mauvais pied, il recommence alors au départ. Le temps maximum pour réaliser le parcours est d'1 minute peu importe le nombre de tentatives.

- **Atelier 3 : La souplesse**

Il s'agit pour cet atelier de mesurer la flexion du rachis thoracique (le tronc). L'élève est invité à se pencher en avant, jambes tendues et pieds serrés. On inscrit alors :

- la lettre « A » si l'élève touche le milieu de ses tibias ou au-dessus,
- la lettre « B » si l'élève touche la malléole de ses chevilles,
- la lettre « C » si l'élève touche le sol avec le bouts de ses doigts,
- la lettre « D » si l'élève pose les mains à plats au sol.



- **Atelier 4 : L'explosivité / réactivité**

Il s'agit pour cet atelier de mesurer la vitesse de l'élève sur une distance courte avec un départ arrêté. Le temps de réaction à un signal joue également un rôle important et pourra donc être interrogé. L'élève, à partir d'un départ debout, pieds décalés, doit couvrir le plus rapidement possible une distance de 20m. Le signal de départ est en 3 temps : « à vos marques » (l'élève avance un pied et le positionne derrière la ligne de départ, « prêts » (l'élève s'immobilise) et « partez » (l'élève enclenche son effort).



- **Atelier 5 : L'endurance cardio pulmonaire**

Il s'agit pour cet atelier de mesurer la distance que l'élève parcourt en 6 minutes. S'ajoute à cette distance la mention :

- C : si l'élève a couru durant l'ensemble des 6 minutes,
- MC : si l'élève a alterné de la course et de la marche,
- M : si l'élève s'est arrêté de courir et a fini en marchant,
- A : si l'élève a dû s'arrêter et n'a pas repris ni la course, ni la marche.



Nom de l'école	
Commune	
Niveau de classe	

Elèves	Age	Atelier 1	Atelier 2	Atelier 3	Atelier 4	Atelier 5	
		<i>Ballon</i>	<i>Cerceaux</i>	<i>Souplesse</i>	<i>Sprint</i>	<i>Course longue</i>	
		<i>nbr sur 5</i>	<i>en secondes</i>	<i>en lettres</i>	<i>en secondes</i>	<i>en mètres</i>	<i>en lettres</i>
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							
24							
25							
26							
27							
28							
29							
30							

