

Le B.O. N°29 18 JUILLET. 1996

L'ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE AU COLLÈGE

Dans la continuité de l'école primaire, l'éducation physique et sportive au collège met l'élève en contact avec un grand nombre d'activités physiques, sportives et artistiques qui constituent un domaine de la culture contemporaine. Selon leur nature, ces activités privilégient un mode particulier de relations et d'adaptations face à l'environnement physique et humain. Elles permettent à tous les élèves de s'éprouver physiquement et de mieux se connaître en vivant des expériences variées et originales, sources d'émotion et de plaisir.

1 - FINALITÉS DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

L'EPS vise chez tous les élèves:

- le développement des capacités nécessaires aux conduites motrices,
- l'acquisition, par la pratique, des compétences et connaissances relatives aux activités physiques, sportives et artistiques
- l'accès aux connaissances relatives à l'organisation et à l'entretien de la vie physique.

Ainsi, l'EPS contribue au développement de la personne.

Plus largement et par rapport aux autres disciplines, c'est la diversité des environnements, dans lesquels sont vécues les expériences individuelles et collectives, qui permet à l'EPS de participer de façon spécifique à l'éducation à la santé, à la sécurité, à la solidarité, à la responsabilité et à l'autonomie. En offrant des occasions concrètes d'accéder aux valeurs sociales et morales, notamment dans le rapport à la règle, l'EPS contribue à l'éducation à la citoyenneté. L'association sportive de l'établissement constitue, à cet égard, un champ d'expériences d'une particulière richesse, dans le même temps où elle offre des possibilités d'approfondissement et de découvertes.

2 - OBJECTIFS GÉNÉRAUX

Les activités proposées aux élèves sont très variées : ces derniers sont ainsi confrontés à de grandes catégories de situations éducatives, et découvrent les activités qu'ils pourront poursuivre au-delà de l'école.

Ces activités sont l'occasion pour l'élève de se mettre en relation avec le monde physique ou avec les autres, et de mieux se connaître. Dans le cadre des relations que l'individu entretient avec le monde physique, deux objectifs sont privilégiés :

- apprendre à mobiliser ses ressources et les développer en vue d'atteindre une plus grande efficacité lors d'une performance, d'une épreuve ou d'une compétition dont les résultats peuvent être appréciés ou mesurés dans le temps et l'espace,

- apprendre à agir en sécurité pour soi, pour les autres, dans les activités et milieux les plus divers, notamment dans un milieu de pleine nature ou reproduisant celui-ci.

Cette confrontation à l'environnement, le plus souvent individuelle, permet d'appréhender les dimensions terrestres, aériennes, aquatiques des conduites motrices.

Une attention particulière est portée à l'enseignement de la natation pour les élèves ne sachant pas nager à l'entrée au collège.

- Dans le cadre des relations de coopération, de confrontation et de communication avec autrui, on privilégie les objectifs suivants:

- résoudre et maîtriser les problèmes posés par l'opposition à autrui (affrontements directs ou indirects avec instruments),

- résoudre et maîtriser les problèmes posés par la coopération en vue d'une action collective avec ou sans opposition,

- construire et développer des actions destinées à être vues et jugées par autrui. Celles-ci peuvent avoir pour objectif de provoquer une émotion, de s'inscrire dans une démarche artistique ou de faire référence à une dimension esthétique.

- Dans le cadre du développement de la connaissance de soi, on veille à enrichir le rapport que l'élève entretient avec son corps et à favoriser l'élaboration d'une image de soi positive. À cette fin, on privilégie les objectifs suivants :

- développer les perceptions sensorielles,

- surmonter les appréhensions et savoir prendre les décisions liées à l'action motrice.

Les différents objectifs présentés ci-dessus sont essentiels pour éduquer de façon équilibrée les élèves sur les plans physique et sportif et sur ce-lui du comportement et de la maîtrise de soi; les professeurs peuvent les compléter par d'autres pour tenir compte au mieux des besoins et des caractéristiques de leurs classes.

3 - NATURE DES ACQUISITIONS

Les apprentissages mènent en EPS à l'acquisition de compétences :

- Des compétences spécifiques nécessaires à la réalisation efficace de chacune des activités enseignées; elles révèlent la maîtrise de savoirs et de techniques intégrés dans l'action-même et contribuent à l'élaboration de compétences et de connaissances plus larges, repérables à l'occasion de la pratique de plusieurs activités.
- Des compétences propres à un groupe d'activités ;
- Des compétences générales. Celles-ci ont deux fonctions importantes, progressivement prises en compte au collège:
 - l'identification et l'appréciation des conditions et des déterminants de l'action ;
 - la gestion et l'organisation individuelle et collective des apprentissages dans des conditions optimales de sécurité.

PROGRAMME DE LA CLASSE DE SIXIÈME

Le B.O. N°29 18 JUILLET. 1996

1 - Compétences spécifiques

Le grand nombre d'activités physiques, sportives et artistiques pouvant être enseignées ne permet pas d'établir dans ce programme la liste exhaustive des compétences spécifiques à chacune d'elles. Des exemples précis seront donnés dans les documents d'accompagnement.

2 - Compétences propres à différents groupes d'activités

Ce programme présente, selon les appellations habituellement utilisées en éducation physique et sportive, les compétences propres à des groupes d'activités.

Activités physiques de combat

- projeter en contrôlant la chute de l'adversaire, - au sol, amener l'adversaire sur le dos et le maintenir en choisissant les placements et déplacements favorables,
 - utiliser les déplacements de l'adversaire, pour des attaques directes sur tirades ou poussées de l'adversaire,
 - accepter l'affrontement, maîtriser ses émotions.
- **Commentaire :** en classe de sixième, une attention particulière peut être accordée aux sports de combat de préhension. Dans ce cas, dans un souci de sécurité, l'expérience de l'affrontement debout ne peut être envisageable avant que l'élève ne sache à la fois chuter et faire chuter sans risques.

Document d'accompagnement 6^{ème} :

ACTIVITÉS PHYSIQUES :

De COMBAT

Les activités physiques de combat à mains nues *regroupent* différentes formes de lutte (judo, lutte gréco-romaine, lutes folkloriques, etc.) et différentes formes de boxe (boxe anglaise, boxe française, karatedo, etc.). La spécificité de ces pratiques, qui associent l'affirmation de soi et le respect mutuel, réside dans les situations d'affrontement qu'elles organisent et dans la sollicitation *prioritaire* des ressources affectives, cognitives et relationnelles.

La *programmation* des activités physiques de combat en *milieu scolaire* a pour objet de permettre à l'élève :

- de *développer* des techniques spécifiques ;
- de *renforcer* la confiance en soi et la volonté de vaincre dans le respect de l'éthique du combat ;
- de maîtriser les facteurs émotionnels ;
- de *construire des projets* d'action et de *les adapter* aux variations du rapport de forces.

CLASSE DE 6e

LUTTE ET JUDO

I - Mise en œuvre

A. Présentation, orientation, dominante

En classe de 6e, une priorité a été donnée aux formes de lutte ; ce choix prend en compte la sécurité des élèves. Il se justifie par les larges possibilités d'intervention offertes à chaque enseignant en matière d'aménagement des situations et de gestion de l'intensité des affrontements. La durée de l'enseignement (dix heures de pratique effective) et les objectifs poursuivis lors d'un premier cycle impliquent que les approches utilisées privilégient les points communs entre les formes pourtant distinctes que sont le judo et la lutte. La spécificité de ces pratiques fera l'objet des cycles d'apprentissages ultérieurs. De la même façon, diverses formes de boxe ou d'assaut avec arme pourront être abordées par la suite. Leur étude bénéficiera alors de l'expérience du combat acquise par l'élève lors de son premier contact avec les activités d'opposition.

B. Contexte et conditions d'apprentissage

En classe de 6e, l'initiation au combat intègre les apports des situations de confrontation et de coopération dans lesquels chacun est tantôt adversaire, tantôt partenaire. En effet, les progrès de l'attaquant étant liés à ceux du défenseur, l'alternance des rôles ainsi que des contextes entre duel et duo est un facteur important de l'acquisition des compétences.

L'aménagement des conditions de l'affrontement est organisé par la prise en compte progressive du règlement sportif ainsi que par la mise en place d'un rapport de forces raisonné et évolutif. Il contribue au développement de la dimension éducative et à la mise en œuvre de projets d'action. Dans cette perspective, il est souhaitable que les compétences des jeunes combattants soient évaluées en tenant compte de la diversité des adversaires (tout en maintenant des écarts de poids raisonnables).

Au sol, contrôler et immobiliser se définissent dans le cadre d'un assaut respectueux des exigences de la sécurité et du règlement. L'appréciation peut cependant s'effectuer soit lors d'un combat libre, soit lors d'une situation d'opposition aménagée par l'enseignant. Le décompte de l'ensemble des avantages marqués ou subis pendant l'affrontement permet alors de valoriser le plus fort comme le plus faible.

Le lieu (dojo, gymnase, etc.) et la mise à disposition ou l'absence de tenue spécifique (judogi, maillots, chaussures) influencent les contenus proposés par l'enseignant. L'approche globale qui fonde le premier cycle peut donc être infléchie en fonction des conditions de travail, soit vers le judo, soit vers la lutte dans les domaines liés au rituel, au règlement, à la terminologie, etc.

Dans les activités d'opposition, le débutant est principalement confronté à des problèmes techniques et à des problèmes affectifs. Celui qui craint de tomber traduit son inquiétude ou son angoisse par des comportements négatifs qui contrarient ses possibilités de progression, comme celles de ses partenaires. Ainsi, quelle que soit l'activité de référence, l'utilisation d'un tapis de judo, en raison de sa fermeté, impose-t-elle que chacun effectue l'apprentissage des chutes. Le respect de la dimension culturelle du combat debout et la nécessité d'assurer la sécurité des élèves impliquent alors qu'une attention particulière soit portée au «savoir chuter» et au «savoir projeter». En effet, si l'élève peut, sans aucun risque, combattre librement au sol, une maîtrise minimale des chutes et des projections est nécessaire pour le combat debout.

II - Compétences spécifiques à acquérir

A. Situation et conditions de réalisation

Les compétences retenues en illustration ont été choisies en raison de leur complémentarité ; elles s'expriment dans des situations d'opposition aménagées par l'enseignant. Les conditions de réalisation, de même que des indications sur les éléments de progressivité, sont précisées pour chacun des exemples.

Les acquisitions par les élèves s'effectuant de façon simultanée, l'ordre de présentation n'est pas un ordre hiérarchique.

B. «De ce qui se fait à ce qu'il y a à faire»

1. Conduites initiales des élèves, indicateurs de fin d'étape

L'attitude spontanée du débutant est dictée par l'inquiétude qu'il manifeste et par la nécessité qu'il éprouve de préserver son équilibre et de se défendre. Son acceptation du combat se traduit par une transformation des comportements qui s'orientent vers l'attaque et la prise en compte des actions de l'adversaire.

L'objectif poursuivi lors du niveau initial peut être considéré atteint lorsque les jeunes combattants n'agissent plus comme deux entités séparées, centrées sur la protection de soi, mais forment un couple en interactions dans lequel chacun cherche à créer ou à exploiter des opportunités offensives tout en se conformant aux règles et à l'éthique du combat.

Debout, à la fin du cycle d'apprentissage, l'élève de 6e doit être capable, en situation de partenariat ou d'opposition modérée (de type *randori* souple en judo) :

- de subir une chute «sans se faire mal» et «sans avoir peur» sur une projection de faible amplitude vers l'avant ou vers l'arrière ;
- d'exécuter ce type de projection en contrôlant la chute de son partenaire.

2. «Ce qu'il y a à faire» : compétences spécifiques

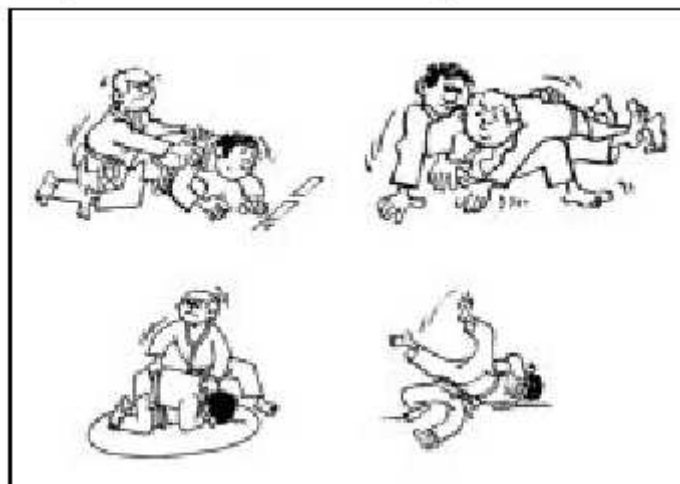
a. Contrôler et immobiliser son adversaire au sol

L'acquisition de la compétence visée repose sur deux aspects indissociables :

- d'une part, le lien que l'élève doit construire entre la situation dans laquelle débute l'affrontement et la technique d'immobilisation finale ;
- d'autre part, la qualité d'exécution des actions réalisées.

Exemples de situations communes au judo et à la lutte

Exemples de situations communes au judo et à la lutte



Exemples de thèmes

- «Immobiliser un adversaire qui cherche à atteindre une zone» (exemple d'évolution : «le retourner pour le mettre à plat dos» puis «le maintenir à plat dos»...).
- «Utiliser le poids du corps, priver l'adversaire de ses possibilités de déplacement.»
- «Se dégager d'un contrôle, d'une immobilisation.»

Les gestes dangereux (coups, prise de la tête seule, torsion des articulations, etc.) étant formellement interdits, le combat au sol ne pose pas de problème de sécurité particulier. Il permet à l'enseignant de mettre rapidement en place des situations d'affrontement libre selon des thèmes choisis.

b. Chuter et faire chuter sans risque

L'apprentissage de la chute se heurte à des obstacles d'ordre psychologique. Plusieurs critères sont à prendre en considération pour acquérir les gestes techniques adéquats et dédramatiser le fait de tomber :

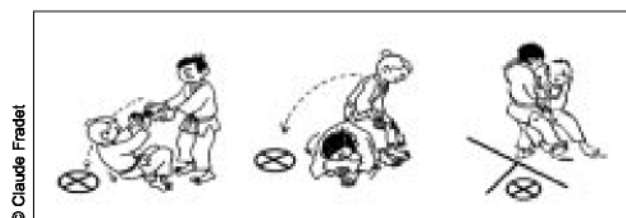
- la hauteur de chute est élevée progressivement ;
- le mode de projection est issu de situations qui gagnent en amplitude et en intensité et se rapprochent des gestes techniques ;
- l'initiative de la chute est donnée puis retirée à celui qui tombe.

Chuter et faire chuter sans risque sont ainsi appris conjointement. Les phases statiques en partenariat évoluent vers des phases dynamiques exécutées dans le cadre d'une opposition raisonnée.

Illustration par des situations d'apprentissage en judo



Chute vers l'avant



Chute vers l'arrière

Avec des élèves débutants, il convient, pour des raisons de sécurité et de latéralisation, que l'apprentissage soit effectué de façon indifférenciée à droite et à gauche.

c. Accepter la confrontation et réaliser des actions offensives

En classe de 6e, l'engagement dans une confrontation physique, le respect de l'adversaire et du résultat sont des buts prioritaires. Bien que cette compétence relève du domaine comportemental plus que des acquisitions techniques, son importance ne peut être ignorée, car la dimension affective est un facteur essentiel de l'implication de l'élève dans les activités de combat. L'enseignant doit, en priorité, mettre l'accent sur l'attitude offensive, la qualité des actions entreprises et l'investissement personnel plus que sur la recherche d'une victoire ou de toute autre forme de domination. En présence de jeunes débutants, l'efficacité ne peut posséder qu'une valeur très relative.

L'utilisation de formes jouées favorise l'acceptation du corps à corps. Les différentes étapes à franchir passent par :

- la réduction de la distance d'affrontement (jeux d'esquive, d'évitement) ;
- l'acceptation du contact physique (jeux en corps à corps) ;
- l'augmentation progressive du niveau d'opposition (jeux de conquête d'engins, de conquête de territoire, luttes folkloriques).

Exemples de situations communes au judo et à la lutte



La mise en œuvre d'actions techniques offensives et défensives (luttes à thèmes au sol puis debout) vient ensuite compléter l'apprentissage. À ce stade, l'expérience du combat s'effectue dans une durée qui doit être suffisante sans être éprouvante (1 minute 30 à 2 minutes) afin que l'élève prenne très tôt conscience de la nécessité de gérer ses ressources en fonction du temps et de l'évolution du rapport de forces.

III - Contenus

«CE QU'IL Y A À FAIRE» : COMPÉTENCES SPÉCIFIQUES	«CE QU'IL Y A À FAIRE POUR FAIRE»	QUELQUES REPÈRES SUR L'ACTIVITÉ DE L'ÉLÈVE
<ul style="list-style-type: none"> • Contrôler et immobiliser son adversaire au sol. 	<p>Pour l'attaquant :</p> <ul style="list-style-type: none"> • se placer ; • fixer son adversaire ; • crocheter un bras, une jambe ; • utiliser une tirade ou une poussée de l'adversaire : <ul style="list-style-type: none"> – pour contrôler ; – pour retourner ; – pour immobiliser (finales costales en lutte, formes de gesa gatame en judo ; finales latérales en lutte, formes de <i>shiho</i> gatame en judo). <p>Pour le défenseur :</p> <ul style="list-style-type: none"> • se déplacer : <ul style="list-style-type: none"> – pour se protéger ; – pour se dégager : <ul style="list-style-type: none"> d'un contrôle ; d'une immobilisation. 	<ul style="list-style-type: none"> • Prendre des appuis stables au sol. • Concentrer sa force d'appui sur l'adversaire. • Pousser un adversaire qui tire. • Tirer un adversaire qui pousse. • Provoquer une rotation grâce à un crochet sur un bras, sur une jambe. • Contrôler le haut du corps de l'adversaire. • Abaisser son centre de gravité. • Être actif en défense. • Fermer les angles d'attaque. • S'éloigner de son adversaire.

La force physique et le poids sont, chez le débutant, les principaux facteurs d'efficacité. Dans l'apprentissage des contrôles et des immobilisations, l'enseignant doit permettre à l'élève de transformer ses actions dans le sens du meilleur rendement, c'est-à-dire en agissant dans la direction où il rencontre le moins d'opposition ou en utilisant la force de son adversaire. L'élève développe alors des comportements qui lui permettent de placer efficacement son corps en fonction des objectifs qu'il se donne. Pour effectuer (ou empêcher) un retournement, il apprend à créer ou à interdire les rotations de l'adversaire au moyen de points de fixation et de crochets.

En situation de défense, il construit des parades en préservant sa stabilité, en fermant les angles d'attaque, en se déplaçant pour s'éloigner de son adversaire ou lui faire face.

«CE QU'IL Y A À FAIRE» : COMPÉTENCES SPÉCIFIQUES	«CE QU'IL Y A À FAIRE POUR FAIRE»	QUELQUES REPÈRES SUR L'ACTIVITÉ DE L'ÉLÈVE
<ul style="list-style-type: none"> • Chuter et faire chuter sans risque. 	<p>Pour celui qui chute :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Frapper le tapis au moment de la chute : <ul style="list-style-type: none"> – à l'issue d'une projection vers l'avant ; – à l'issue d'une projection vers l'arrière. <p>Pour celui qui projette :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Préparer son action («déséquilibrer»). • Se placer pour projeter : <ul style="list-style-type: none"> – après avoir effectué un demi-tour (tour de hanche en tête en lutte..., koshi guruma en judo) ; – en restant de face (chassé intérieur, extérieur en lutte ; o uchi gari, o soto gari en judo). • Assurer la chute du partenaire. 	<ul style="list-style-type: none"> • Frapper du bras (ou des deux bras) quand le dos touche le sol (angle bras-tronc optimal, environ 45°). • Rentrer le menton pour protéger la nuque. • Rester souple, ne pas se raidir. • Par la saisie, agir sur le corps du partenaire : <ul style="list-style-type: none"> – pour le déséquilibrer vers l'avant ou le fixer sur l'arrière ; – pour le tirer ou le pousser dans la direction du déséquilibre choisi. • Abaisser son centre de gravité. • Projeter dans la zone de chute. • Rester stable sur ses appuis. • Contrôler la chute en retenant le bras du partenaire.

Les projections vers l'avant par enroulement (jambes écartées pour abaisser le centre de gravité et ne pas solliciter la colonne vertébrale) sont abordées en premier car :

- elles procurent un sentiment de sécurité à l'élève qui chute (conservation des repères visuels, contrôle de la projection renforcé) ;

Chuter et projeter sans risque ne constituent pas, à proprement parler, des compétences à évaluer par l'enseignant mais, plus exactement, un savoir pratique que l'élève doit nécessairement posséder pour envisager des acquisitions ultérieures, c'est-à-dire l'utilisation des déplacements de l'adversaire et la création d'opportunités favorables aux attaques directes.

«CE QU'IL Y A À FAIRE» : COMPÉTENCES SPÉCIFIQUES	«CE QU'IL Y A À FAIRE POUR FAIRE»	QUELQUES REPÈRES SUR L'ACTIVITÉ DE L'ÉLÈVE
<ul style="list-style-type: none"> • Accepter la confrontation et réaliser des actions offensives. 	<ul style="list-style-type: none"> • Créer des opportunités d'attaque. • Utiliser les déplacements de l'adversaire. • Connaître et appliquer le règlement (sécurité, règles relatives aux actions décisives). • Contrôler ses actions et ses émotions. • Respecter son adversaire et le rituel du combat. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ne pas refuser le contact. • Adopter une attitude offensive. • Se déplacer pour créer des opportunités. • Chercher à utiliser la force et les déplacements de son adversaire. • Combattre pendant toute la durée de l'affrontement. • Arbitrer un combat et faire appliquer les règles essentielles. • Accepter de s'opposer quel que soit son adversaire. • Accepter les décisions de l'arbitre et le résultat du combat.

En classe de 6e, «savoir combattre», c'est, en toute sécurité, accepter la confrontation physique et développer une attitude offensive et contrôlée. Cette compétence s'apprécie selon des aspects quantitatifs (points marqués, points subis), mais également à partir d'autres facteurs qui relèvent :

- d'une part, de l'attitude combative (pertinence et fréquence des attaques) ;
- d'autre part, de l'application concrète de connaissances relatives à l'activité (sécurité, arbitrage des actions décisives, aspects culturels, rituel, terminologie, etc.) et aux principes essentiels qui fondent l'éthique du combat (respecter l'adversaire, gagner ou perdre en conservant le contrôle de soi, etc.).

IV - Des compétences spécifiques aux compétences générales

Les activités physiques de combat valorisent une éthique qui donne au respect des lieux et des personnes une position centrale. Les compétences recherchées renvoient à des techniques et à une maîtrise de soi qui font obstacle aux comportements impulsifs et à la violence. Les situations vécues par l'élève le poussent à exprimer sa volonté de vaincre tout en lui imposant des rituels et des règles partagés par ceux qui, comme lui, poursuivent le même objectif. L'expérience de la confrontation physique développe ainsi une affirmation et un contrôle de soi définis en fonction d'un environnement humain et d'un code de comportement. L'apprentissage du combat s'inscrit et contribue de la sorte à la connaissance qu'acquiert l'élève de 6e des principes de la citoyenneté.

Éléments de bibliographie

Badreau J., Barbot A., «Sports de combat de préhension en éducation physique», in Éducation physique et didactique des APS, Châtenay-Malabry, AEEPS, 1990, pp. 124-133. Brousse M., «Enseignement du judo et EPS», in Revue EP.S, n°228, mars-avril 1991, pp. 37-41.
Eichelbrenner D., 52 jeux de lute, Éditions Revue EP.S, 1990, p. 32.
Ray D., Rimet D., «Activité de lutte», in Spirales, n°1, 1986, pp. 71-102.
Des jeux d'opposition à la lutte - colège, FFL, 1993. *Méthode française d'enseignement du judo-jujitsu*, FFJDA, 1990.

ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Programme cycle central : 5^{ème} 4^{ème}

BO 30 janvier 1997

I Compétences spécifiques

Le grand nombre d'activités physiques, sportives et artistiques pouvant être enseignées ne permet pas d'établir dans ce programme la liste exhaustive des compétences spécifiques à chacune d'elles.

II Compétences propres à différents groupes d'activités

Des exemples précis seront donnés dans le document d'accompagnement.

Les différentes compétences propres aux groupes d'activités proposées ci-après s'élaborent progressivement lors de la pratique de chacune des activités particulières.

Activités physiques de combat

- Varier la forme et les opportunités des attaques directes.
- Enchaîner les attaques selon les réactions de l'adversaire (esquives simples) : enchaînement dans la même direction que l'attaque initiale ou dans une direction complémentaire de l'attaque initiale.
 - Se préparer au combat : identifier les points forts et les points faibles de l'adversaire, connaître et appliquer les règles essentielles d'arbitrage.
 - Se donner un projet tactique et l'expérimenter durant le combat.

Commentaire :

La pratique des sports de combat doit permettre à l'élève d'exprimer sa volonté de vaincre un adversaire dans le respect de l'éthique d'affrontement en contrôlant ses actions et ses émotions. Par conséquent, l'enseignant veille à ce que la recherche d'efficacité soit menée de pair avec la maîtrise (motrice, affective) des moyens utilisés.

IV Organisation des apprentissages et évaluation

Les apprentissages sont organisés selon les principes fixés dans le texte de présentation du programme de 6e; ils s'inscrivent dans le projet pédagogique d'éducation physique et sportive élaboré dans chaque établissement pour l'ensemble de la scolarité au collège.

Le collège propose deux niveaux de compétences; on peut considérer :

- qu'une activité pratiquée pendant au moins dix heures effectives conduit à la maîtrise des compétences du premier niveau ;
- que vingt heures de pratique effective (sur une année ou sur plusieurs) rendent exigibles les compétences du deuxième niveau.

Ces dernières peuvent être acquises dès le cycle central. Le professeur veillera à offrir la possibilité aux élèves qui en ont le potentiel de développer des compétences du niveau supérieur mais il ne les prendra pas en compte pour l'évaluation de fin de collège.

Document d'accompagnement cinquième quatrième :

ACTIVITÉS PHYSIQUE de COMBAT

LUTTE ET JUDO

I - Mise en œuvre

A. Présentation, orientation, dominante

L'étape qui correspond au cycle central prolonge l'approche globale vécue en classe de 6e par un enrichissement des possibilités techniques et tactiques en situation de combat. Après s'être exercé, durant la phase d'initiation, à «**combattre sans risque**», l'élève accède à un second niveau lors duquel il apprend à «**construire l'offensive**».

Dans la continuité des exemples choisis pour accompagner le programme de 6e, les formes de lutte serviront de support d'illustration. On remarquera cependant que les compétences retenues peuvent, de la même façon, être déclinées dans les différents styles de boxe.

B. Contexte et conditions d'apprentissage

L'approfondissement des compétences donne au combat debout une place croissante conforme à la dimension culturelle des activités choisies en référence. Minorées dans un premier temps pour des raisons de sécurité au profit du combat au sol, les techniques de projection ou d'amener à terre font l'objet d'un apprentissage plus spécifique. Afin de réaliser cet objectif, l'enseignant devra vérifier que les acquisitions visées en classe de 6e sont suffisamment maîtrisées pour permettre cette progression.

Les problèmes affectifs non complètement résolus constituent un handicap réel. Il peut donc être nécessaire ou même indispensable de revenir sur certains des aspects évoqués lors du premier niveau, en particulier en ce qui concerne le «savoir combattre» et le «savoir chuter et faire chuter sans risque».

Le contexte et les conditions d'apprentissage sont analogues à ceux définis pour la classe de 6e. Les points de similitude résident dans la complémentarité des situations d'opposition et de partenariat et dans l'alternance des jeux de rôles entre attaquant et défenseur. La différence essentielle tient au développement et à l'enrichissement, en termes de complexité et de difficulté, des thèmes technico-tactiques qu'utilise l'enseignant pour élaborer les situations qu'il propose.

II - Compétences spécifiques à acquérir

A. Situation et conditions de réalisation

«Attaquer de façon variée» et «enchaîner ses attaques selon la réaction de l'adversaire» sont les deux exemples retenus pour servir d'illustration au programme du cycle central. Le choix de ces compétences spécifiques se justifie par :

- leur rôle fondamental dans l'élaboration des schémas tactiques ;
- leur expression concrète, dans chacun des secteurs spécialisés du judo et de la lutte que sont le combat debout et le combat au sol ;
- leur importance, qu'il s'agisse des formes de lutte ou des formes de boxe.

Comme pour la classe de 6e, les conditions de réalisation, de même que les indications nécessaires sur les éléments de progressivité, sont précisées pour chacune des compétences. L'ordre de présentation n'est pas un ordre hiérarchique ; cependant, des relations existent entre des acquisitions qui se renforcent réciproquement. «Enchaîner des actions» n'est possible que grâce à une maîtrise minimale de celles-ci. L'approche technique est perçue comme un ensemble de solutions aux problèmes que pose l'adversaire. Dès lors, la variété des attaques et leur association dans des enchaînements visant à poursuivre l'offensive constituent un socle fondamental qui permet au combattant de prendre les décisions qu'il juge appropriées au contexte de l'affrontement.

B. «De ce qui se fait à ce qu'il y a à faire»

1. Conduites initiales des élèves, indicateurs de fin d'étape

En fin de premier cycle, les compétences acquises par l'élève lui ont permis d'adopter un comportement plus offensif que défensif. Cependant, sa conduite en situation d'affrontement debout se caractérise généralement par des attaques exécutées de face (action sur les jambes) qui restent peu fréquentes, souvent semblables et très rarement enchaînées.

Les actions musculaires sont peu dissociées (pas d'indépendance des hanches et des épaules) et les déplacements s'effectuent dans un espace réduit, sans changement de rythme.

L'objectif poursuivi lors du second niveau peut être considéré atteint lorsque les attaques gagnent en régularité et en variété (avec notamment des attaques effectuées en tournant le dos). Une action exécutée «dans le temps» signifie alors que le déclenchement des attaques s'effectue sur la base des sensations transmises par la saisie ou le contact. Cette étape permet l'élaboration et, pour les meilleurs élèves, l'adaptation de projets d'actions fondés sur l'identification et l'analyse des points forts et des points faibles de l'adversaire.

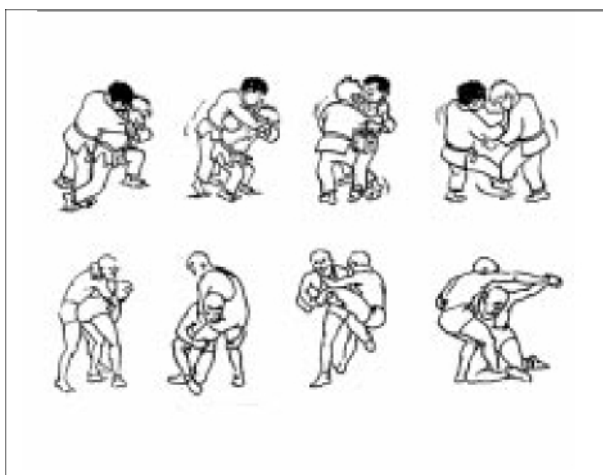
2. «Ce qu'il y a à faire» : compétences spécifiques

a. Attaquer de façon variée

Lors du cycle initial, l'apprentissage des formes de projection est resté lié à celui des chutes et à l'utilisation des déplacements d'un «partenaire/adversaire». Dans une seconde étape, l'élève doit apprendre à réaliser, en situation d'opposition, des formes variées qui illustrent différentes manières :

- de projeter ou d'amener à terre (debout) ;
- de contrôler et d'immobiliser (au sol).

Exemples communs au judo et à la lutte dans le combat debout



© Claude Fradet

Attaques de face, attaques en tournant le dos
Attaques en double appui, attaques sur un seul appui

Debout, l'acquisition de ces «formes de corps» a pour objet la sélection de réponses adaptées en fonction des caractéristiques de l'adversaire, c'est-à-dire :

- de sa morphologie (adversaire plus grand, plus petit, plus lourd, plus léger, etc.) ;
- de son attitude (jambes serrées, écartées, bras tendus, corps fléchi, etc.) ;
- de ses déplacements (rapides, lents, avancée, recul, etc.).

Ces critères peuvent être considérés, à ce niveau, comme autant d'éléments permettant d'identifier les points forts et les points faibles de l'adversaire. Ils représentent pour l'enseignant des variables exploitables dans les diverses situations d'apprentissage à faire vivre à l'élève.

Exemples communs au judo et à la lutte dans le combat au sol

Au sol, l'exploration que l'élève effectue des situations dans lesquelles débute l'affrontement lui donne l'occasion d'expérimenter, sous d'autres formes et dans un contexte de difficulté supérieure, les principes de contrôle, de placement et de déplacement abordés lors du cycle précédent.

À partir de situations de départ variées, l'objectif est de pouvoir conclure de diverses façons selon les réactions de l'adversaire. De nouvelles techniques pour immobiliser en judo ou «tomber» en lutte s'ajoutent ainsi à celles acquises en 6e.

Exemple : attaquant en «position supérieure», défenseur à quatre pattes ou à plat ventre, attaquant à côté ou à cheval ou en tête...



Exemples en lutte : finales costale, latérale, dans le prolongement, par-dessus et leurs formes équivalentes en judo : hon gesa gatame, yoko shiho gatame, kami shiho gatame, tate shiho gatame.

b. Enchaîner ses attaques selon la réaction de l'adversaire

Chez le débutant, l'offensive est contrariée par la force physique de l'adversaire, qui se révèle suffisante pour établir un rempart naturel supérieur aux possibilités d'attaque. Donner des moyens techniques supplémentaires de défense ou aborder les contreprises déséquilibrerait largement le rapport de forces et limiterait les possibilités de réussite de l'élève offensif.

Ce n'est qu'à l'issue de l'étape d'initiation qu'il convient de faire acquérir au jeune combattant les moyens d'une opposition plus organisée. Le comportement défensif n'apparaît alors plus comme un obstacle quasi infranchissable mais comme une attitude «naturelle» qu'il convient de prendre en compte. La défense perd son rôle inhibiteur pour devenir incitatrice de l'attaque, de la poursuite de l'offensive et de l'adaptation des projets d'action.

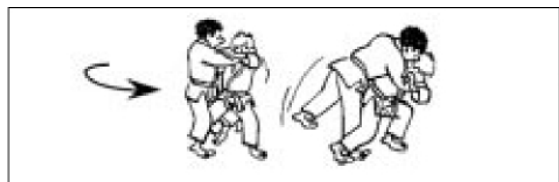
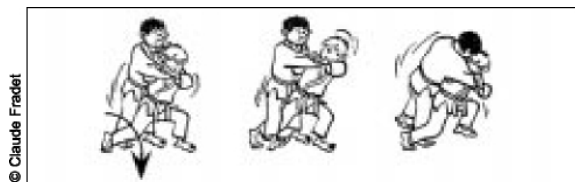
L'introduction à la dimension tactique du combat reste très progressive ; elle s'illustre de la même façon (en judo et en lutte) dans le combat debout et dans le combat au sol.

Exemples communs au judo et à la lutte dans le combat debout

À partir d'esquives simples ou de blocages, deux situations seront particulièrement abordées :

- L'enchaînement dans la même direction que l'attaque initiale («avant-avant» ou «arrière-arrière»).

Exemple en judo : attaque de tai otoshi, surpassement de uke, redoublement de tai otoshi par tori.



• L'enchaînement dans une direction opposée à l'attaque initiale («arrière-avant» ou «avant-arrière»)-

Exemple en judo : attaque de *o uchi gari*, blocage de uke qui repousse, changement de direction et attaque de *tai otoshi* par tori.

III – Contenus

«CE QU'IL Y A À FAIRE» : COMPÉTENCES SPÉCIFIQUES	«CE QU'IL Y A À FAIRE-POUR FAIRE»	QUELQUES REPÈRES SUR L'ACTIVITÉ DE L'ÉLÈVE
<ul style="list-style-type: none"> • Attaquer de façon variée. 	<ul style="list-style-type: none"> • Varier les formes de projection (trois à quatre formes distinctes). • Varier les opportunités d'attaque selon l'adversaire en fonction de : <ul style="list-style-type: none"> – son déplacement ; – son attitude ; – sa morphologie. (deux à trois exemples types) • Au sol, contrôler et immobiliser en variant : <ul style="list-style-type: none"> – les situations de départ ; – les situations finales. (deux à trois exemples dans chacun des cas) 	<ul style="list-style-type: none"> • En situation aménagée, projeter dans quatre secteurs de chute (avant, arrière, à droite, à gauche). • Dans un même secteur de chute, utiliser différentes «formes de corps». • En situation d'affrontement, être capable e modifier ses attaques selon : <ul style="list-style-type: none"> – l'adversaire ; – le contexte du combat. • Au sol, être capable de conclure un combat par un contrôle suivi d'une immobilisation : <ul style="list-style-type: none"> – à partir de situations différentes ; – à l'aide de techniques différentes.

Placé en situation d'affrontement, l'élève élargit ses moyens d'action :

– il augmente l'éventail de techniques de projection par renversement, par suppression d'appuis – extérieur ou intérieur – etc. (en judo, *tai otoshi*, *morote seoi nage*, *o uchi gari*, *ko uchi gari*, de *ashi barai* ; en lutte, tour de hanche en tête, double ramassement de jambes, chassé intérieur, crochet intérieur, etc.) ;

- il acquiert de la pertinence dans le choix et l'opportunité de ses actions offensives et défensives en créant, utilisant et provoquant des réactions ou des déplacements qu'il exploite ; il choisit l'attaque la mieux adaptée selon les caractéristiques de l'adversaire (morphologie, attitude, déplacement, etc.).

En servant de partenaire et en étudiant les caractéristiques des comportements défensifs, il améliore son potentiel d'attaque.

«CE QU'IL Y A À FAIRE» : COMPÉTENCES SPÉCIFIQUES	«CE QU'IL Y A À FAIRE POUR FAIRE»	QUELQUES REPÈRES SUR L'ACTIVITÉ DE L'ÉLÈVE
<ul style="list-style-type: none"> • Enchaîner ses attaques selon la réaction de l'adversaire. 	<ul style="list-style-type: none"> • Défendre : <ul style="list-style-type: none"> – par esquive ; – par blocage. (un défense par «forme de corps») • Enchaîner deux attaques dans la même direction : <ul style="list-style-type: none"> – «avant-arrière» ; – «arrière-avant». (un ou deux exemples) • Enchaîner deux attaques en changeant de direction : <ul style="list-style-type: none"> – «avant-arrière» ; – «arrière-avant». (un ou deux exemples) • Au sol, se dégager d'un contrôle ou d'une immobilisation.(un ou deux dégagements pour chaque type d'immobilisation). • Au sol, enchaîner les contrôles et les immobilisations. 	<ul style="list-style-type: none"> • Être capable de différencier les types de défense par esquive, par blocage. • Chercher à exploiter le déséquilibre résultant de l'attaque initiale. • Se servir des saisies pour agir sur le corps de l'adversaire. • Marquer des temps de relâchement musculaire. • Dissocier les hanches des épaules. • Être capable d'enchaîner deux contrôles ou deux immobilisations. • Accroître sa mobilité en réduisant sa surface de contact avec le sol. • Chercher à agir dans la direction de la moindre opposition. • Être capable d'enchaîner deux contrôles ou deux immobilisations. • Accroître sa mobilité en réduisant sa surface de contact avec le sol. • Chercher à agir dans la direction de la moindre opposition.

Comme l'aptitude à choisir l'attaque appropriée, la notion d'enchaînement se trouve à la base du développement du jeu tactique qui permet à chacun d'exprimer son «intelligence du combat». L'acquisition de ces deux compétences détermine fortement l'accès aux niveaux supérieurs marqués par l'individualisation des conduites de l'élève en situation d'affrontement.

Éléments de bibliographie

Brousse M., chap. «La technique ou l'ordre du combat», in *Techniques sportives et éducation physique*, Dossier EP.S n°19, Éditions Revue EP.S et AEEPS, Paris, 1994, pp. 80-89.

Ray D., Rimet D., «L'éducation physique au collège en 4e-3e», in *Spirales*, n°3, vol. 2, 1986, pp. 299-350.

Des jeux d'opposition à la lutte – collège, FFL, 1993.

Méthode française d'enseignement du judo-jujitsu, FFJDA, 1990.

ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

en classe de **TROISIÈME**

Durant les quatre années du collège, tout est mis en oeuvre pour que chacun reçoive un enseignement dans la totalité des huit groupements qui structurent la pratique de l'éducation physique et sportive à ce niveau. Chaque élève doit accéder, en fin de troisième, au niveau 2 d'exigence défini dans le programme de 5ème et 4ème.

L'évaluation porte sur les compétences spécifiques vérifiables, attachées à une activité particulière. Celles-ci doivent révéler la maîtrise des savoirs et des techniques efficaces intégrés dans l'action même, permettre de repérer des compétences plus larges, caractéristiques d'activités de nature identique (propres aux groupes) et d'autres encore (générales) relatives à l'apprentissage et à l'entraînement (échauffement, récupération, ...). L'évaluation portera sur plusieurs activités. Un texte réglementaire fixe les modalités et exigences de l'évaluation certificative en fin de collège.

LES CONTENUS DES DIFFÉRENTS GROUPES D'ACTIVITÉS

Activités aquatiques

À l'issue de la 4ème, les compétences dont témoignent les élèves lors de la pratique des activités aquatiques, peuvent encore relever de niveaux divers.

Dans tous les cas, la pratique des activités aquatiques au collège, doit avoir permis à chacun :

- de s'engager lucidement, seul ou à plusieurs, à la surface mais aussi dans le volume que représente le milieu aquatique
- en conséquence, de situer précisément les limites de son potentiel d'engagement et d'en connaître les perspectives et conditions de son développement.

L'activité programmée en troisième a déjà fait l'objet d'une durée de pratique au collège au moins égale à 20 heures effectives. Plusieurs orientations peuvent être envisagées :

- les élèves prennent en charge leur propre entraînement pour nager plus vite, notamment dans le cadre d'épreuves de longue durée. En relation avec d'autres groupes d'activités, (activités athlétiques notamment), et d'autres matières (sciences de la vie et de la Terre), cette expérience nouvelle donne lieu à l'acquisition de connaissances permettant de définir des projets de performance réalistes et de déterminer les durées et les intensités d'efforts à fournir pour les mener à bien ;
- individuellement ou collectivement, les élèves sont confrontés à des parcours de sauvetage qui combinent des évolutions sus et subaquatiques et des actions de remorquage. On veillera à relativiser auprès des élèves la portée de telles acquisitions qui ne suffisent pas à sauver toute personne en détresse, en tout lieu et dans toutes circonstances. Si le fait de porter secours témoigne d'une attitude citoyenne, responsable et solidaire, il ne s'agit pas pour autant de se mettre en danger soi-même ;

- pour des raisons pédagogiques et afin de régler des problèmes concrets posés par la natation, il pourra être fait appel à l'utilisation d'activités telles que le water-polo ou la natation synchronisée.

L'activité programmée en troisième est nouvelle ou a fait l'objet d'un temps de pratique réduit inférieur à 20 heures effectives. L'accent sera porté sur :

- nager sur une longue distance, principalement en crawl, qui nécessite une maîtrise accrue de l'expiration aquatique lors des échanges respiratoires ;
- les évolutions en immersion, seul ou à plusieurs, selon des itinéraires précis, négociés, annoncés au préalable, et ne conduisant pas aux limites de l'apnée. Ces parcours subaquatiques seront l'occasion de développer certaines compétences relatives à la pratique des activités physiques de pleine nature, telles que interroger son propre potentiel et prendre en compte ceux de chacun de ses partenaires avant et au cours de l'engagement, respecter et faire respecter un dispositif de sécurité connu de tous.

REMARQUES

- Si les compétences propres de niveau 1 ne sont pas encore acquises à l'issue de la classe de 4ème, les apprentissages relèvent d'actions spécifiques - Toute évolution subaquatique doit s'accompagner d'un dispositif de sécurité connu et respecté de tous, dont les règles essentielles ont été déclinées dans les documents d'accompagnement (6ème, 5ème et 4ème).

ÉDUCATION

PHYSIQUE ET SPORTIVE DOCUMENTS D'ACCOMPAGNEMENT 3èmes

Les «compétences générales» et «propres aux groupes» ont été déclinées selon deux niveaux d'exigence pour le collège. Le second niveau pouvant être atteint dès le cycle central, il représente l'exigence pour tous en fin de 3^e. Le texte ne fait donc pas figurer de nouvelle compétence ou un troisième niveau d'exigence. Ce dernier est réservé pour la fin du lycée. En 3^e, pour des élèves ayant plus «pratiqué» que d'autres, un niveau d'exigence supérieur au deuxième niveau défini peut être proposé sans être exigible pour tous. Il est écrit: «Le programme de la classe de 3e ne fixe pas de compétences différentes ou d'un niveau supérieur à celles fixées dans le programme du cycle central. Il vise à consolider, compléter et approfondir des compétences permettant d'asseoir l'éducation que l'élève poursuivra au lycée.»

Ainsi, pour chacun des groupements, il est attendu consolidation et approfondissement, voire rattrapage, selon deux cas de figure: l'activité a fait ou non l'objet d'une durée de pratique au moins égale à 20 heures effectives, ces deux éventualités pouvant coexister dans une même classe selon l'histoire de chacun de élèves.

Le groupe technique disciplinaire n'a pas souhaité poursuivre le travail entrepris avec les documents d'accompagnement des programmes de 6^e et du cycle central. En effet, s'il était possible de donner de nouveaux exemples de compétences spécifiques de premier ou de deuxième niveau d'exigence, on courait le risque, par le nombre d'exemples, de créer un ensemble d'activités de référence quasi incontournables, voire officielles, et de faire oublier que les exemples donnés ne l'ont été que pour initier une dynamique de production des contenus par les enseignants eux-mêmes. Ces derniers ont pour mission de formaliser, au sein du projet pédagogique, d'EPS les contenus et tout particulièrement les compétences spécifiques, objets de leur enseignement, adaptées aux populations d'élèves et aux contingences locales, tout en se référant aux compétences générales inscrites dans les programmes.

Il est rappelé avec insistance à propos de l'évaluation (sans entrer dans les modalités) que celle-ci «porte sur les compétences spécifiques vérifiables [...] qui doivent révéler la maîtrise des savoirs et des techniques [...] et permettre de repérer des compétences plus larges (propres aux groupements) ou encore générales relative à l'apprentissage», etc. Lors de la consultation sur le texte «programmes de 3^e», il a souvent été demandé au groupe technique disciplinaire une explicitation des relations entre les trois ordres de compétences présentées dans les programmes. Les textes avancent résolument que les compétences spécifiques «contribuent à l'élaboration de compétences et de connaissances plus larges, repérables à l'occasion de la pratique de plusieurs activités». Ainsi les textes sont fondés sur une conviction selon laquelle les compétences spécifiques permettent l'élaboration de compétences plus générales. Mais cette conviction n'interdit pas de penser qu'inversement des compétences générales déjà stabilisées peuvent accélérer l'acquisition de compétences spécifiques.

Le groupe technique disciplinaire s'est appuyé sur l'analyse et les définitions de Leplat concernant les compétences: «La compétence se définit (dans une conception behavioriste ou opérationnelle) par la tâche ou la classe de tâches que le sujet sait exécuter, et (dans une conception cognitiviste) par un système abstrait (formel ou fonctionnel) sous-tendant la performance. Système de connaissance permettant d'engendrer l'activité correspondant aux exigences de la tâche.» (Leplat Jacques, «Compétences et ergonomie», In Les modèles en analyse du travail, M. De Montmolin et J. Thereau (Eds), Liège, Mardaga, 1991.)

Le groupe technique disciplinaire a associé les compétences spécifiques aux tâches «à faire». Il a associé les compétences générales aux acquis transversaux et «génératifs» des apprentissages. Autrement dit, lorsque nous enseignons un sport collectif particulier, l'élève développe des savoir-faire et des connaissances spécifiques à ce sport qui lui permettent de réaliser avec efficacité ce

sport et de s'y montrer compétent. Fort de cela, sans immédiatement devenir compétent dans tous les sports collectifs, nous estimons qu'il a développé un système de connaissances et de savoir-faire définissant une compétence à accéder plus rapidement à d'autres sports collectifs, mais aussi à d'autres activités que les sports collectifs. On comprend qu'il serait excessif d'avancer qu'entre toutes les activités d'un groupe, il y a des compétences communes propres à ce groupe et qui en serait l'essence même. Les groupements historiquement constitués associent des activités parfois plus éloignées entre elles que certaines appartenant à des groupes différents. Ce qui a voulu être souligné par la notion de compétences propres à tel ou tel groupe, c'est qu'à l'intérieur d'un groupe, pour certaines activités, il y a des compétences transversales permettant des facilitations d'apprentissages, sinon de véritables transferts. La notion de compétence générale dépassant tous les groupes souligne qu'il y a, au travers d'apprentissages multiples, des acquisitions qui constituent de véritables outils et méthodes d'action et d'adaptation.