

AGIR, S'EXPRIMER, COMPRENDRE A TRAVERS L'ACTIVITE PHYSIQUE

Progressivité des apprentissages

OBJECTIF 1 : Agir dans l'espace, dans la durée et sur les objets

Etape 1 – Autour de 2 ans et demi - 3 ans

Etape 2 - Autour de 3 – 4 ans

Etape 3 – Autour de 5 ans

Découvrir par l'action les caractéristiques d'objets manipulables et explorer leurs possibilités d'utilisation

• Jouer avec des objets de tailles différentes (*gros cartons, sacs de graines, ballons ...*) qui entraînent des organisations corporelles ou des modalités d'actions plurielles (*soulever, porter, faire glisser, pousser, lancer ...*), qui permettent d'éprouver des contrastes de poids (*balles lestées, ballons de baudruche, plumes ...*), de construire des modes de saisie adaptées à des formes différentes d'objets (*lattes, bâtons, draps, voiles...*).

• Expérimenter le plus de façons possibles de les mettre en mouvement (*les faire tourner, les trainer au sol, les faire voler, les lancer ...*), sur place ou en déplacement.

• Mettre en jeu un même mode d'action pour différents types d'objets (*lancer par-dessus un obstacle, un ballon puis un anneau puis un foulard ...*) ou rechercher au contraire tous les modes d'actions possibles pour un même objet.

• Partager le matériel, échanger les objets, chercher des modalités d'utilisation à deux ou à plusieurs

Prendre plaisir à s'engager corporellement dans un espace aménagé et le parcourir pour y découvrir ses propres possibilités

Explorer différents trajets (*en marchant, en sautillant, en courant ...*) dans un milieu aménagé à l'aide de matériels divers (*lattes, cordes à franchir en sautant, briquettes ou petites haies à enjamber ...*), servant de repères ou d'obstacles,

• Parcourir cet espace aménagé et l'investir, dans le cadre d'un groupe, pour atteindre un but donné (*transporter de petits objets, vider une caisse ou la remplir, réagir à un signal sonore dans le cadre d'un jeu...*)

• Suivre ou poursuivre un camarade dans ses déplacements, franchir les mêmes obstacles, imiter ses façons de faire pour les expérimenter.

Donner des trajectoires variées à des projectiles de tailles, de formes ou de poids différents afin d'atteindre un but précis

• Rechercher différentes façons de lancer haut (par-dessus un fil, une table, un drap tendu ...), loin (pour lui faire traverser une rivière tracée au sol, atteindre des zones au sol de différentes couleurs en fonction de leur éloignement ...) ou précis (l'envoyer dans un carton, faire sonner une clochette ou un tambourin, faire tomber une boîte ou une bouteille...).

• Chercher à donner à un objet des effets multiples : le faire glisser (*sur le sol ou sur un toboggan...*), le faire rouler (sur une pente de la cour, le long d'un mur ou d'un tracé au sol, entre deux limites ...), le faire rebondir (le plus de fois, le plus loin, le plus haut possible...).

• Engager des actions de projection dans des positions différentes (lancer depuis une chaise ou un banc, grimper sur un aménagement de cour en hauteur ...), provoquer des trajectoires variées (atteindre une cible placée en hauteur, faire passer dans un tunnel, sous un banc ...)

Affiner ses réponses possibles par rapport aux problèmes posés par l'aménagement du milieu

• Expérimenter différentes formes de sauts (à un pied ou 2 pieds, à l'aide de cerceaux posés au sol, de morceaux de moquettes constituant des points de passage, des repères à atteindre...)

• Sauter en contre-bas (depuis une briquette, un banc, un aménagement de cour...) pour atteindre une zone, une cible au sol et varier les modes de réception (à quatre pattes, debout...)

• Se réceptionner dans des espaces différents et expérimenter les effets de zones ou de matériaux de réceptions différents (tapis mou ou dur, sable, bitume ...) sur son propre équilibre.

• Parcourir l'espace avec un camarade, liés par la main, par un objet (latte, cerceau, cordelette...), coordonner et réguler sa vitesse ou ses directions pour rester ensemble, réaliser un trajet donné.

Expérimenter et choisir des modalités d'actions pour impulser une trajectoire à un objet afin d'obtenir le but recherché

• Expérimenter des solutions multiples de lancer (*à une main, à deux mains, au pied...*) mettant en jeu différents équilibres (*en tournant, en se déplaçant...*)

• Faire un choix (d'un objet, d'un type de cible ou d'une façon de faire...) pour réaliser un score, individuel ou collectif, dans le cadre d'une règle de jeu de lancer et chercher à l'améliorer.

• Utiliser des instruments variés (*raquettes, bâtons, crosses ...*) pour frapper, guider ou conduire d'autres objets mobiles (*ballons de baudruches, palets, anneaux ...*) et produire l'effet recherché (*amener dans une zone, envoyer sur une cible, faire suivre une ligne, effectuer un trajet ou un parcours, Contourner un obstacle ...*)

• Donner différentes trajectoires à un objet pour l'échanger avec un autre (*faire en sorte que le camarade attrape l'objet, le bloque, le contrôle ou l'arrête...*)

• Ajuster ses actions et ses déplacements pour réceptionner des projectiles (*attraper à la main, dans les bras, arrêter au pied ...*), les intercepter (*avec une raquette, avec un sac tenu à deux mains, dans un carton ...*) dans des conditions où les trajectoires sont prévisibles ou attendues et les déplacements de l'objet dans l'espace lents (*baudruches .*)

Construire un projet d'action en réponse à des aménagements du milieu ou en relation avec un effet recherché

• Affiner ses actions pour enchaîner plusieurs sauts entrecoupés de trajets de course sur un parcours donné (*lier une course et un saut puis se réceptionner à un ou deux pieds, lier une course et un lancer...*)

• Expérimenter différentes façons de sauter loin pour atteindre des zones différentes (*matérialisées par des couleurs, des tracés, des repères...*) et mesurer les effets produits.

• Mobiliser son énergie (*en courant vite, avec ou sans obstacles...*) pour atteindre un repère d'espace, pour parvenir à rattraper quelqu'un ou à lui échapper.

• Prendre plaisir à fournir des efforts dans la durée, à chercher à parcourir plus de distance dans un temps donné (« matérialisé » par un sablier, un minuteur de cuisine, une chanson enregistrée...).

• Collaborer pour se relayer, associer ses actions à celles des autres pour faire parcourir à un objet commun (*une peluche, une figurine, une balle...*) un espace plus grand (matérialisé par un nombre de tours, d'aller-retours...) ou le faire se déplacer pendant un temps plus long.

Agir, s'exprimer, comprendre à travers l'activité physique

LES MOINS DE TROIS ANS

Développer une motricité globale

Deux acquisitions sont fondamentales : la préhension et la marche.

Ce sont beaucoup plus que de simples comportements moteurs car ils représentent, pour l'enfant, l'accès à des pouvoirs nouveaux et considérables. Ils lui permettent désormais de développer une activité exploratoire sur les objets et sur le monde environnant. Cette exploration est à la fois condition fondamentale d'un développement optimal des potentialités et moyen d'affinement de ces acquisitions elles-mêmes.

Vers 2 ans et demi - 3 ans, la conquête de ces acquisitions caractéristiques de l'espèce humaine n'est pas achevée.

L'enfant de 2 ans et demi marche, court, sautille ou saute à deux pieds mais de façon incomplètement coordonnée, s'engageant dans des phases explosives, brèves et sporadiques, sans réelle maîtrise des arrêts ou d'anticipation des conséquences possibles. Les bras aident à conserver l'équilibre et les chutes peuvent être fréquentes.

Monter (et surtout descendre) un escalier pose encore des difficultés à certains tout petits. A cet âge, l'enfant doit progressivement construire des organisations corporelles différentes afin de pouvoir dissocier les actions (de préhension, de manipulation ou de projection d'objets), des coordinations nécessaires à sa locomotion.

Vers 3 ans – 3 ans et demi, la marche et la course ont à peu près acquis le caractère de l'activité adulte lorsque les conditions sont stables. Toute perturbation pose à nouveau à l'enfant des problèmes d'équilibres et d'adaptation. Ces perturbations sont évidemment sources de progrès. Ainsi, au travers des situations initiées par l'enseignant, le jeune enfant éprouve ses rapports au monde et aux objets qui l'entourent.

Les conduites motrices qu'il engage lors de ses déplacements (courir, sauter, sautiller, franchir...) sont d'abord motivées par le plaisir de faire et sont liées aux sensations et aux émotions ressenties, aux obstacles rencontrés.

L'enseignant doit donc, au travers des situations qu'il propose, permettre au jeune enfant de choisir dans le mouvement ses modes préférentiels, afin de stabiliser progressivement sa propre latéralité fonctionnelle. Les jeux libres ou guidés, les temps d'exploration active sont donc primordiaux où l'enfant est amené à rencontrer des objets « usuels » (balles plus ou moins élastiques, ballons de tous poids et de toutes consistances, anneaux, cerceaux de toutes tailles, ...), ou plus « inusités » (sacs de graines, voiles, rouleaux de carton, bobines, plumes, balles-comètes...)

Développer les perceptions et les coordinations

Les premiers jeux sont souvent centrés sur le fait de le conserver ou induits par le désir de le retrouver (*faire rouler une balle au sol et la rattraper, la lancer en hauteur et la récupérer, taper du pied dans un ballon et le poursuivre pour l'immobiliser...*). De ce fait, les jeux d'échanges sont limités même s'ils doivent évidemment être proposés.

Dès que ces objets deviennent mobiles, se transforment en projectiles, ils occasionnent des prises d'information nouvelles. L'enfant cherche à percevoir une trajectoire potentielle, à anticiper progressivement le point de chute. Lancer un objet est, de ce point de vue, plus facile pour les tout petits qu'essayer de le rattraper parce que cela suppose un ajustement des déplacements ou des placements afin d'intercepter la trajectoire.

Les objets qui se déplacent plus lentement (*comme les ballons de baudruche par exemple*) sont, de ce point de vue, plus intéressants pour les jeunes enfants en ce qui concerne ces prises d'informations. Les matériels qui peuvent permettre à l'enfant de réceptionner une balle par exemple autrement qu'avec les mains sont également facilitants («*épuisettes*» fabriquées à l'aide d'un cerceau, d'un anneau autour duquel est fixé un voile, un tissu ou un bas, sac ou carton tenu à deux main).

Apprendre le partage des espaces ou des objets

Apprendre à partager, à donner et recevoir en échange, à demander au lieu de prendre, à passer à son tour sans bousculer, sont des objectifs importants.

Il est parfois tentant de donner systématiquement le même matériel à tous ou de toujours distribuer autant d'objets qu'il y a d'enfants

Il peut être proposé au contraire des jeux d'exploration au cours desquels les uns joueront avec des balles et les autres avec des ballons de baudruche

Il est possible d'assortir ces organisations de règles d'espace. Les uns joueront avec des cerceaux dans un «pays» donné pendant que les autres, dans un autre espace, joueront à sauter par-dessus des lattes posées au sol. C'est précisément parce que tous ne possèdent pas, en même temps, le même matériel et parce que chacun a le droit de vivre les mêmes expériences que l'autre, que la nécessité du partage ou de l'échange se construit peu à peu.

Un corps mieux latéralisé

Ce processus de latéralisation est en cours à l'école maternelle. Cette notion de latéralité ne doit pas être confondue avec la reconnaissance de la droite et de la gauche ainsi que la capacité de les nommer, qui ne se précise vraiment que vers 5 / 6 ans. Cette latéralité se construit par l'action et dans l'interaction avec les autres, et ne peut pas se réduire, non plus, à la question de la dominance manuelle, au fait de devenir droitier ou gaucher. Pour taper dans un ballon du pied droit, l'enfant doit trouver un moyen d'assurer avec l'autre pied un soutien actif, trouver un appui équilibré ainsi que la coordination posturale de l'ensemble de son corps qui conditionne la mise en jeu et l'action du segment libre

Les jeux libres ou guidés, les temps d'exploration active sont donc primordiaux au cours desquels l'enfant est amené à rencontrer des objets « usuels » (balles, ballons, anneaux, cerceaux...) ou plus « inusités » (sacs de graines, voiles, rouleaux de carton, bobines, plumes, balles-comètes...). Ces objets entraînent des modes de préhension ou d'action différents du fait de leur taille et de leur poids.

Un corps mieux identifié et mieux situé

L'identification de ce corps, que l'enfant reconnaît progressivement comme le sien, repose évidemment sur les sensations kinesthésiques provoquées par le vécu corporel (qui sont souvent inconscientes), mais est également conditionné par une profonde interaction avec le langage qui sous-tend, organise, ordonne progressivement les connaissances induites.

Les situations de danse qui provoquent des arrêts dans la durée permettent ainsi, en maintenant des attitudes corporelles, de mieux ressentir des postures et d'en prendre conscience, d'autant plus que l'immobilité facilite les sensations kinesthésiques ou la recherche de mises en jeu posturales éloignées des modes d'actions quotidiens ou fonctionnels (*construire une statue à 3 pattes, se coucher en boule ou au contraire de la manière la plus étalée sur le sol, se faire très dur ou très mou*).

Le corps de l'enfant, progressivement mieux identifié, va devenir également mieux situé dans l'espace. C'est par le vécu corporel que l'enfant organise ses premières prises de repères (*devant moi, derrière moi ...*) qui relèvent de la localisation dans l'espace. C'est également ainsi que s'effectue la compréhension du lexique relatif aux relations topologiques (*loin de, près de, à côté, entre, au-dessus de...*) permettant de décrire les relations qu'entretiennent les objets entre eux ou par rapport à un repère extérieur (*du côté de la porte, à droite du banc...*).

Grandir, c'est aussi apprendre à se connaître, prendre soin de soi et des autres, savoir faire des choix. L'éducation à la santé est donc à rapprocher des dimensions pédagogiques de l'éducation à la sécurité et à la citoyenneté