

# L'EPS au service de l'enfant singulier

## Méthode Polin

Alain Polin – ancien athlète de haut niveau et éducateur territorial, délégué de secteur USEP – a créé en 1999 avec Jean-Michel Hérent, professeur en lycée professionnel, une méthode composée d'un dossier pédagogique, d'un CD et d'un livret de suivi personnel pour l'élève. Alain Polin, qui juge sa méthode proche de la pédagogie Freinet, a fait parvenir ces documents au *Nouvel Éducateur* afin de nous faire partager ses recherches et ses découvertes. Fera-t-il mentir Jacques Querry qui, dans *La place du corps dans l'école*, n° 24 des éditions ICEM, écrivait à propos des intervenants sportifs : « les objectifs moteurs ont la part belle tandis que les objectifs éducatifs, méthodologiques ou de gestion de la vie physique sont moins traités » ?

**Tout enfant, quelles que soient ses capacités, possède en lui les ressources qui vont lui permettre de progresser. Il revient alors à l'éducateur enseignant de l'aider à les mobiliser et de l'accompagner dans sa progression. Plutôt que d'étouffer l'expression des difficultés scolaires ou de comportement, il convient d'en faire un terrain privilégié pour guider l'enfant dans la gestion de ses conflits et le dépassement progressif de ses handicaps, afin qu'il devienne un citoyen « bien dans sa tête et dans son corps », libre de ses choix.**

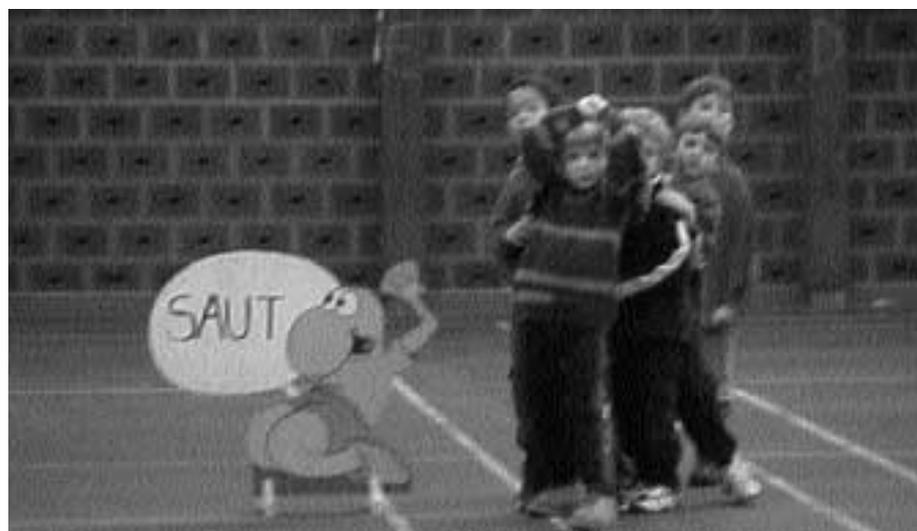
C'est en réfléchissant à la création d'une méthode d'évaluation qui favorise non pas uniquement la performance mais les progrès individuels et qui prend en compte

l'enfant dans sa globalité, qu'est née cette méthode.

Ma pratique quotidienne mettait alors en évidence les éléments suivants :

– L'EPS reste une discipline qui se situe la plupart du temps en marge de l'enseignement.

– Les méthodes classiques d'évaluation sont discriminantes pour certains enfants.



# DOSSIER

Exemple : un enfant mal dans son corps, parce qu'il a, par exemple, une surcharge pondérale, court souvent moins vite ; il est ainsi pénalisé si l'on prend en compte uniquement son temps de course plutôt que l'effort qu'il a fourni et les progrès qui en résultent.

– Le temps effectif d'activité est réduit par les temps de mise en place, d'organisation, des problèmes d'indiscipline.

– Le temps de l'enseignant est largement occupé par des contingences d'organisation du temps et du matériel, au détriment d'une présence individualisée.

– Un certain nombre d'enfants ne comprend pas le sens de l'activité, ni sa globalité.

– En revanche, pour certains enfants en difficulté, l'EPS est une discipline qui leur permet de se valoriser et souvent d'améliorer

leurs compétences dans d'autres domaines. Le regard que l'on porte sur eux en est modifié et l'enfant y gagne une meilleure image de lui-même.

– Enfin, le cadre de la séance d'EPS offre l'occasion d'aider les enfants dans la gestion de leurs conflits et démontre qu'une meilleure organisation et une plus grande autonomie laissée aux groupes favorisent toujours l'apprentissage de la citoyenneté.

## LANCER UNE COMÈTE

**Objectifs :** découvrir le geste du lancer et observer la trajectoire de l'engin.

**Matériel :** une latte limite la course d'élan, quatre cônes déterminent la zone de lancer ; une comète (balle mousse munie d'une queue en ruban de 40 cm permettant de visualiser la trajectoire) un plot repérable par enfant, un décimètre.

**Consigne :** courir pour lancer la comète au-dessus de sa tête, le plus loin possible dans la zone délimitée par les plots.

Le premier court jusqu'à la latte et lance sa comète. Le second joueur place un plot pour matérialiser le point d'arrivée de la comète qu'il ramasse pour la lancer à son tour. A la fin du temps de l'activité, les enfants mesurent leur record qu'ils indiquent dans le livret personnel.

### EXEMPLE D'ÉVOLUTION DE L'ATELIER « COMÈTE »

#### Lancer dans une cible

**Objectif :** lancer avec précision.

**Matériel :** un cerceau, une latte, des comètes.

**Consigne :** prendre son élan pour lancer la comète dans la cible.

Le cerceau est posé à une dizaine de mètres de la latte et les enfants se succèdent pour réaliser le plus d'essais possibles.

#### Lancer haut

**Objectif :** orienter la trajectoire du lancer.

**Matériel :** un décimètre, un élastique et deux poteaux, un plot repérable par enfant, des comètes.

L'élastique est tendu à 2 m du sol environ et placé à 5 m de la latte (en fonction des performances des enfants).

**Consigne :** prendre de l'élan pour lancer sa comète au-dessus de l'élastique et le plus loin possible.

A l'aide du décimètre, chaque enfant place son plot à la distance réalisée lors de la première séance. Le premier prend son élan pour lancer la comète au-dessus de l'élastique. Si elle retombe au-delà du plot, il l'avance. A la fin de l'atelier, chacun reporte son nouveau record dans le livret.



## La méthode

Elle repose sur des outils, des formes d'organisation et un accompagnement.

### Des outils nouveaux

Ces outils ont été créés spécifiquement :

– Un disque compact, qui permet à l'aide de repères sonores de gérer le temps d'une séance de travail.

– Des comètes (balles avec une queue), pour l'exercice du lancer, avec son fascicule explicatif.

– Des livrets personnels de suivi et de progression de chaque activité (athlétisme, gymnastique et sports collectifs).

– Un « athlédisque » (un disque sur le modèle des disques de stationnement sur lequel l'enfant en reportant ses performances, définira ses marges de progression)

– Des jeux de cartes correspondant aux différentes disciplines

### Un travail en ateliers

La méthode préconise le travail par atelier de six à huit élèves maximum.

Par exemple, pour le travail de la hauteur, mise en place d'un sautoir en carré, avec quatre hauteurs différentes qui permet à chacun de travailler à partir de son niveau.

Pour le travail des lancers, l'utilisation de comètes permet une visualisation de la trajectoire améliorant ainsi la qualité du geste. Par ailleurs, la comète se retrouve plus facilement qu'une balle et l'aspect ludique de l'exercice est très apprécié par les enfants et favorise un climat de travail et de relation agréable et coopératif.

### Un accompagnement permanent

La méthode repose sur la mise en place d'outils d'accompagnement qui favorisent l'autonomie de l'enfant dans une organisation collective et un accompagnement efficient de l'enseignant.

### La gestion du temps

Le disque compact permet une augmentation importante du temps de travail effectif en évitant par exemple les files d'attente au sautoir ou l'éviction au premier essai. Ce disque découpe une séance type en différentes séquences : vestiaires, échauffement, travail en atelier, changement d'atelier, ...

A la fin d'une séance, un temps de bilan permet à chacun de formuler ses difficultés, de conseiller les autres enfants, de s'organiser pour une meilleure réussite, de choisir d'autres démarches, d'autres stratégies.

### Le livret de l'enfant

L'enfant dispose d'un livret qui explique la manière d'installer les ateliers, ainsi que les consignes

### INVENTER DES PROBLÈMES

La distance entre 2 plots est de 50 m. Un tour de piste mesure 400 m.

Je calcule la distance que j'ai parcourue.

J'ai fait 3 tours et je me suis arrêté au plot n° 7 (visualisé sur un schéma).

J'ai donc parcouru :  $400 \text{ m} \times 3 = 1\,200 \text{ m} + (50 \times 6) = 300$   
J'ai parcouru  $1\,200 + 300 = 1\,500 \text{ m}$ .

A toi !

Damien a fait 7 tours et il est au plot numéro 3 sur un parcours de 200 m balisé tous les 50 m.

Quelle distance a-t-il parcourue ?

En 8 min, Antoine a parcouru 1 950 m sur le même parcours. Que peut-on calculer ?

Flavie qui a parcouru 1 820 m, a parcouru 230 m de moins que Julie.

Quelle distance a parcouru Julie ?

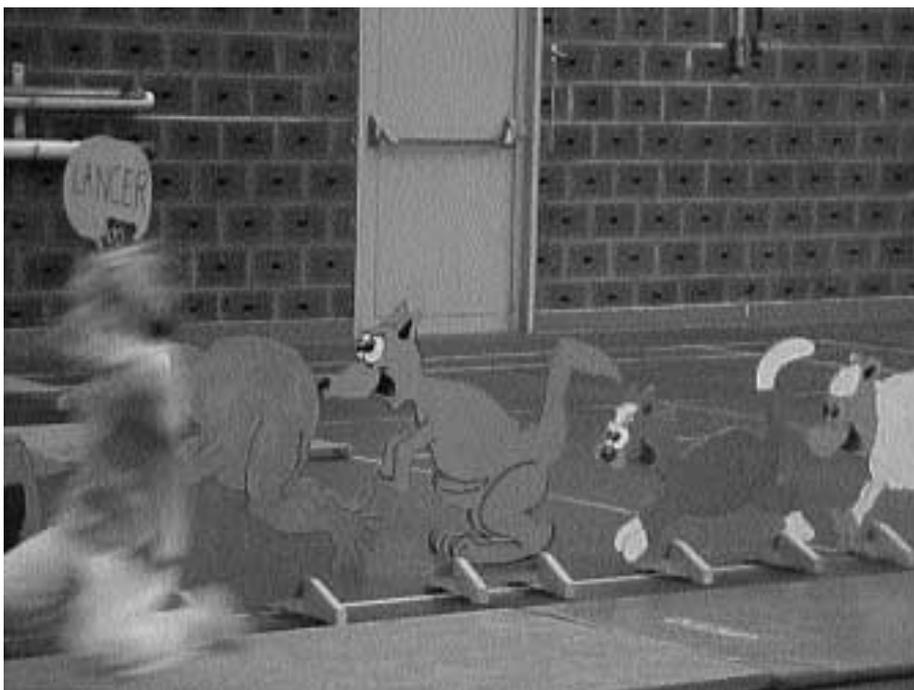
Combien de tours complets a-t-elle faits ?

A quel plot s'est-elle arrêtée ?

(données au préalable par l'enseignant) auxquelles il peut revenir. Ce livret contient aussi les différentes phases de progression.

L'accompagnement démarre à l'arrivée dans les vestiaires. Une attention est portée à la nécessité d'une tenue adaptée, expliquée aux enfants. A cette occasion, une attention particulière est posée sur le respect du matériel.

Par ailleurs, le CD codifiant le temps d'activité, l'enfant est sensibilisé à la nécessité de ne pas



perdre de temps dans les vestiaires. Le temps d'échauffement, lui aussi systématisé quelle que soit l'activité, prend toute sa place. Son utilité est préalablement bien expliquée à l'enfant en classe (cela peut faire partie des cours de biologie au collège).

Pour que l'enfant appréhende la globalité de l'activité, il occupe tour à tour des fonctions différentes : juge, organisateur, acteur, utilisateur du décamètre...

Quelle que soit l'activité (athlétisme, sport collectif...) la systématisation de l'organisation de la séance de travail par le disque, permet à l'élève de mieux se repérer et d'être rapidement plus autonome.

L'utilisation d'un athlédisque permet à chaque enfant de travailler par rapport à son propre niveau. Par la répétition des exercices, il visualise ses progrès consignés sur la fiche « acquisition » du livret.

### Des conséquences mesurables

L'utilisation de cette méthode sur plusieurs années a mis en évidence un certain nombre d'effets :

- L'enseignant est plus disponible car libéré des contraintes d'organisation et de gestion du temps, l'enseignant peut intervenir à tout moment. Ce temps libéré lui permet tout au long de la séance d'observer et d'aider l'ensemble des enfants.

L'expérience montre que les résultats sont durables dans le cadre d'une pédagogie centrée sur

l'autonomie de l'enfant, dans le cadre d'un travail d'équipe sur tout un cycle.

- C'est à la fois la disponibilité plus grande de l'enseignant, l'autonomie des groupes et la personnalisation du travail qui permet à l'enfant de progresser, de visualiser ses progrès sur le livret et d'accroître ou de découvrir sa motivation pour l'EPS.

### La méthode facilite un travail transversal avec les autres disciplines

Grâce au livret individuel de l'enfant, des passerelles sont possibles avec d'autres disciplines.

Par exemple en mathématiques, les performances notées sur la fiche de travail des enfants sont un support concret d'exercices mathématiques. L'expérience montre que pour certains élèves, cette approche facilite la compréhension de notions mathématiques (« Je saute 2 m, je sais que c'est 2 m car j'ai placé les « grandes règles », et 2 m c'est pas petit ! » « 1 km c'est très long, ça fait 2 tours et 200 m »). Les situations de juge et de responsable des mesures constituent aussi un terrain d'expérimentation concrète.

Entre EPS et biologie, l'interdisciplinarité peut aussi donner du sens aux apprentissages dans les deux disciplines.

Par cette mise en relation, l'EPS occupe progressivement une place à part entière.



### Une application du CP au collège

L'expérience sur plusieurs années a mis en évidence une application possible dès le CP.

Néanmoins, les documents ont été adaptés : utilisation de fiches imagées qui permettent progressivement aux élèves d'acquérir aussi une certaine autonomie d'organisation.

L'ensemble des supports écrits remis à l'élève permet également une continuité du travail au collège, à chaque passage de classe. C'est sur la durée, dans le cadre d'un suivi par cycle, d'une recherche de l'autonomie de l'élève, qu'on peut juger de cette méthode.

**Alain Polin**

Association Euroteam  
22 allée du Colisée  
59650 Villeneuve-d'Ascq  
aeuroteam@aol.com