

Distanciel et hybridation en éducation physique

Scénario d'apprentissage :

- **ACQUISITION** (En synchrone) : L'enseignant présente l'activité face à tous ses élèves en même temps. Il décrit la tâche demandée, il donne les consignes techniques, les critères de réussite. Enfin, il organise le temps, ils définissent ensemble des moments à bloquer dans l'agenda où il sera disponible pour aider les élèves.
- **ENTRAINEMENT** (En asynchrone) : Les élèves testent les défis par leurs propres moyens en fonction de l'espace et du matériel à disposition. Ce temps peut durer plusieurs jours selon les exigences définies avec le professeur.
- **DISCUSSION** (En synchrone) : L'enseignant détermine un moment où il est disponible pour tous ses élèves en même temps. Ce moment peut être réalisé en visio conférence avec tout le monde, ou en individuel avec une salle d'attente virtuelle. Chaque élève attend son tour et pose les questions qui sont liées à son contrat.
- **COLLABORATION** (En asynchrone) : Les élèves peuvent s'évaluer entre-eux, ils partagent leurs défis et préoccupations, cela permet de s'entraîner, mais aussi de profiter du regard de l'autre et de ses corrections.
- **PRODUCTION** (En asynchrone ou en synchrone) : Les élèves montrent leurs progrès. Cette présentation peut être faite au retour en classe ou par vidéo en fonction de la durée de l'absence.

Compétences ciblées :

Enchaîner plusieurs actions successives et/ou simultanées de façon à produire un mouvement fluide voire harmonieux

Compétences mobilisées :

- Adapter sa vitesse d'exécution aux nécessités du mouvement et à la durée de l'action
- Maintenir la régularité d'une allure et d'un mouvement
- Adapter une technique de base, un mouvement en fonction de sa morphologie et du but poursuivi

Exemple de contextualisation :

Objectif : être capable d'adapter son rythme et ses appuis afin d'enchaîner un parcours de plots avec équilibre et fluidité.

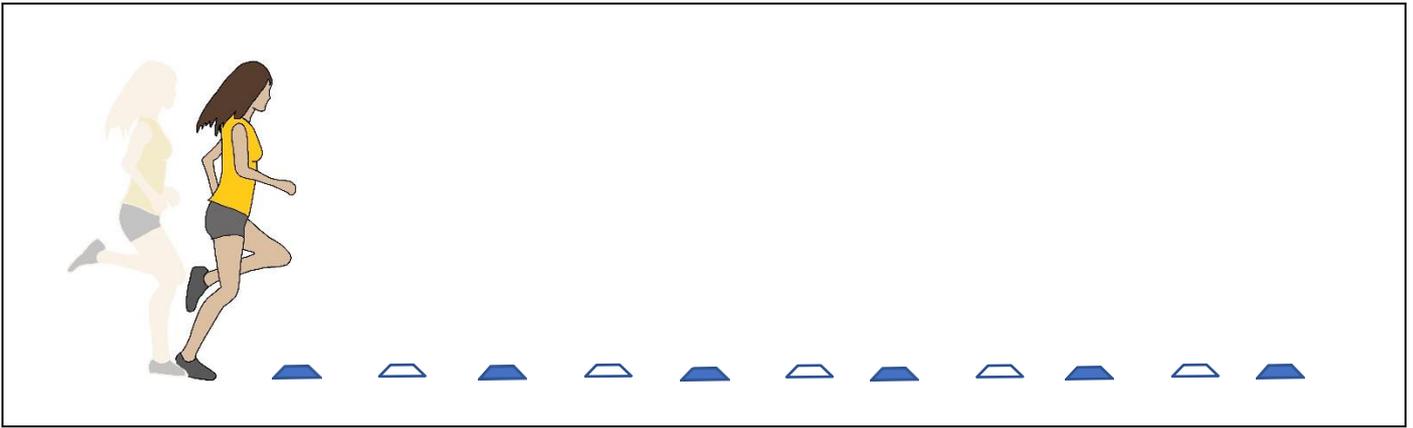
- L'élève parcourt le circuit en course normale
- Les couleurs des plots indiquent le pied à poser au sol
- Les distances entre les plots varient d'un profil à l'autre
- L'enseignant peut jouer avec les couleurs et les distances pour complexifier la tâche des coureurs

Différenciation : Si on ne dispose pas de place suffisante, on peut le faire à l'extérieur avec des craies de couleurs. À l'intérieur, sans matériel, les cônes peuvent être remplacés par des chaussettes de couleurs différentes.

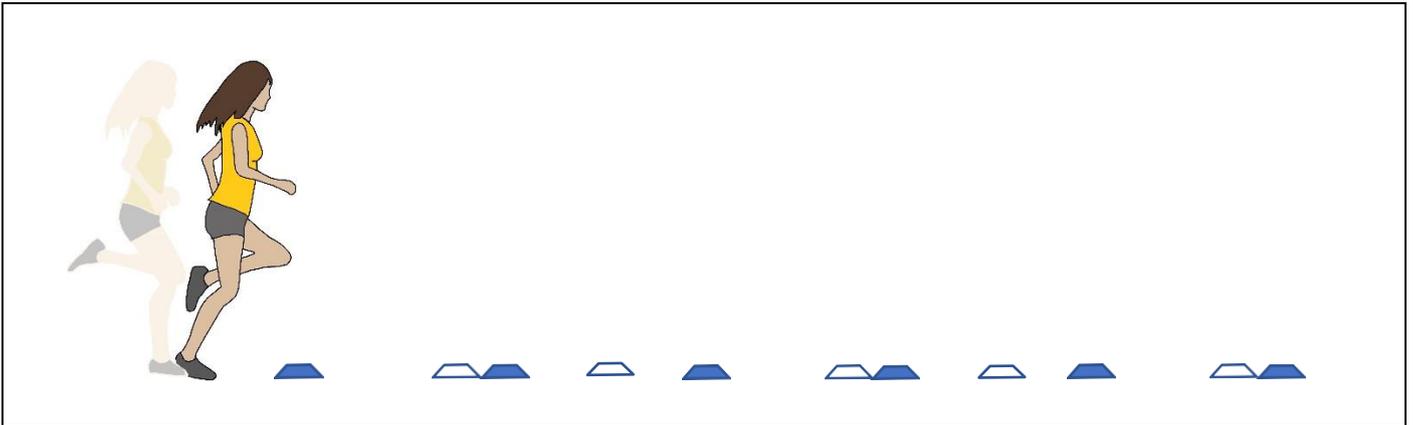
Projet d'évaluation :

Couleur Ok		Equilibre Ok		Fluidité Ok		Correction		Technique	
0	1	0	1	0	1	0	1	0	1
									Total = 3 sur 5

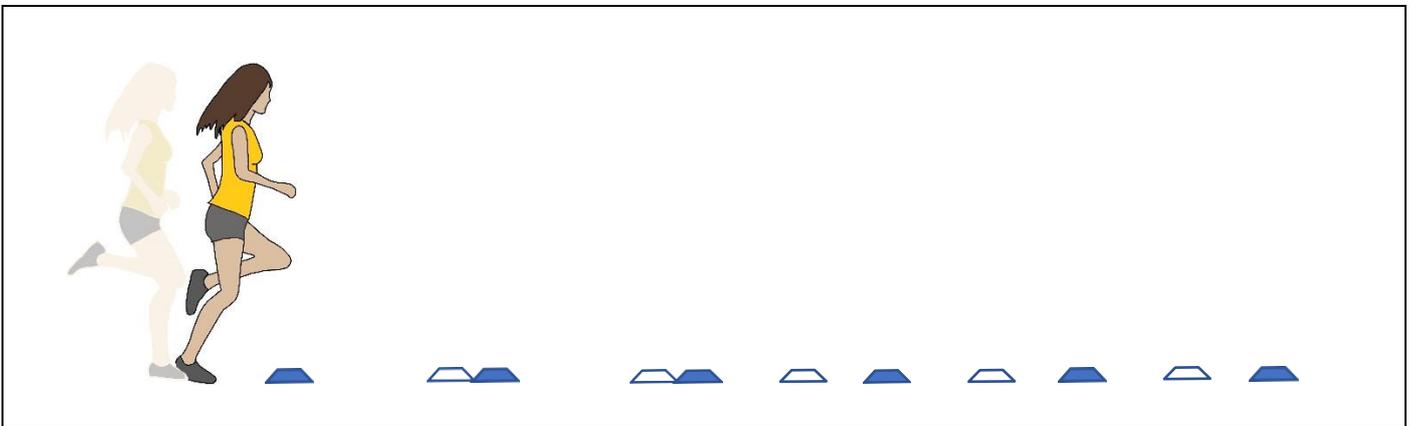
Profil 1



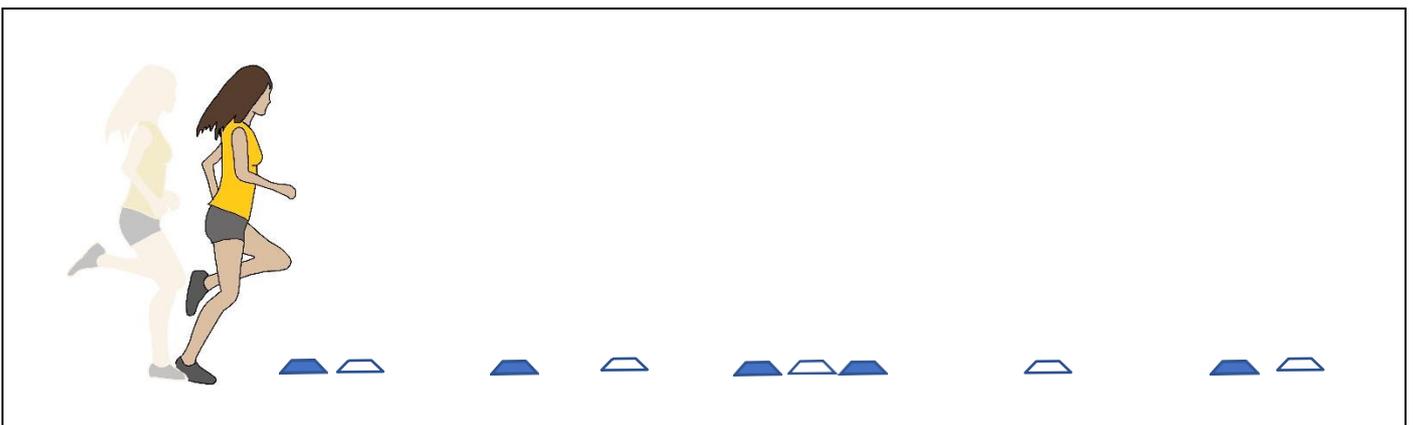
Niveau 1 : 



Niveau 2 : 

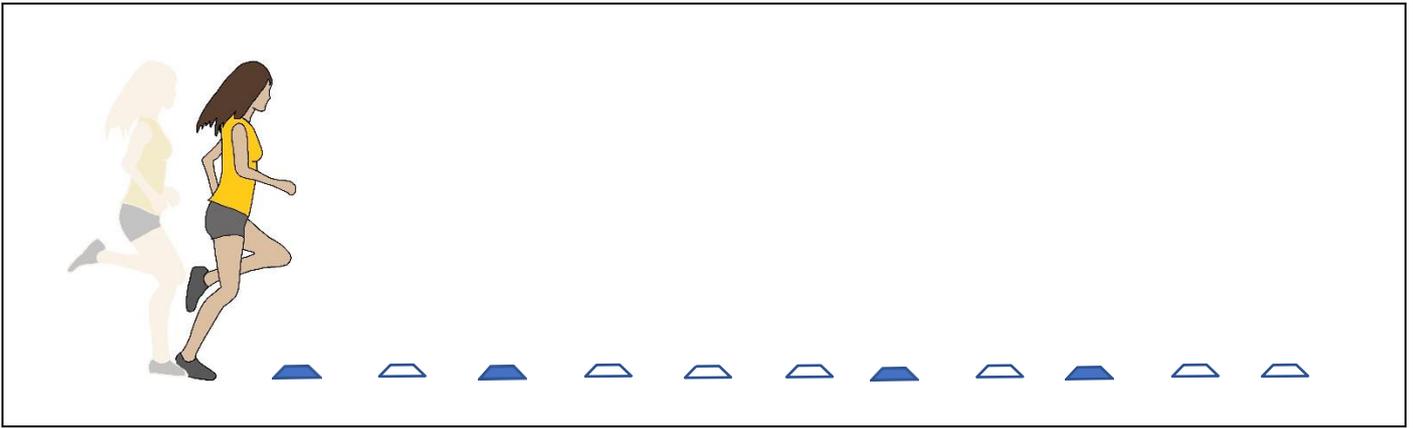


Niveau 3 : 

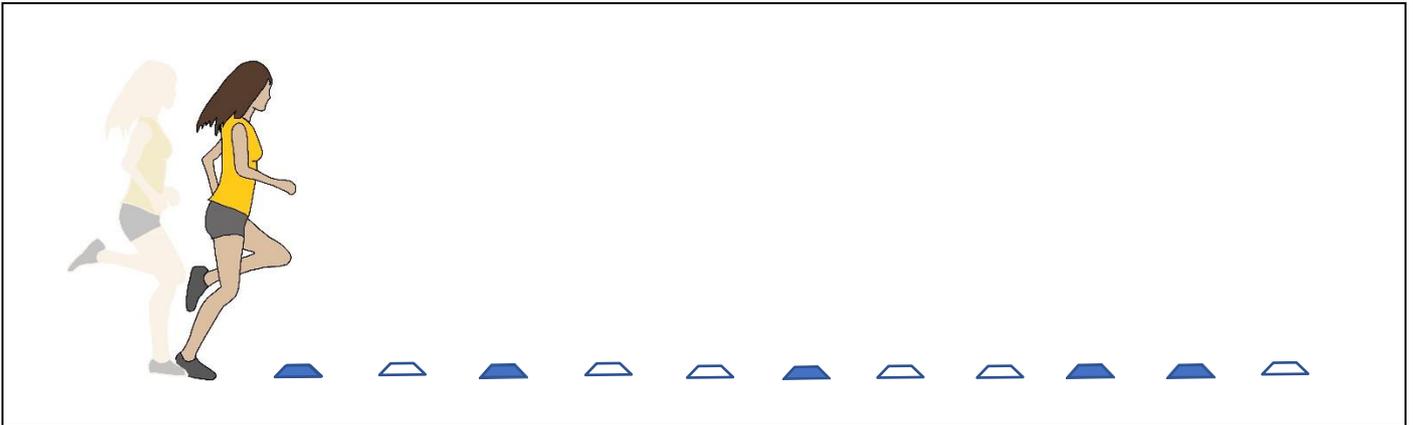


Niveau 4 : 

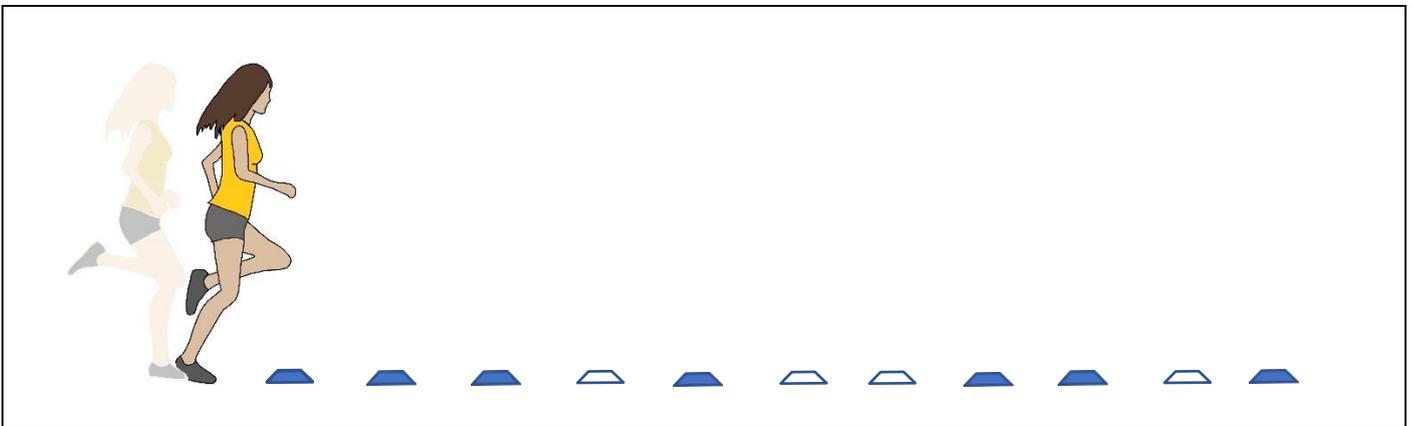
Profil 2



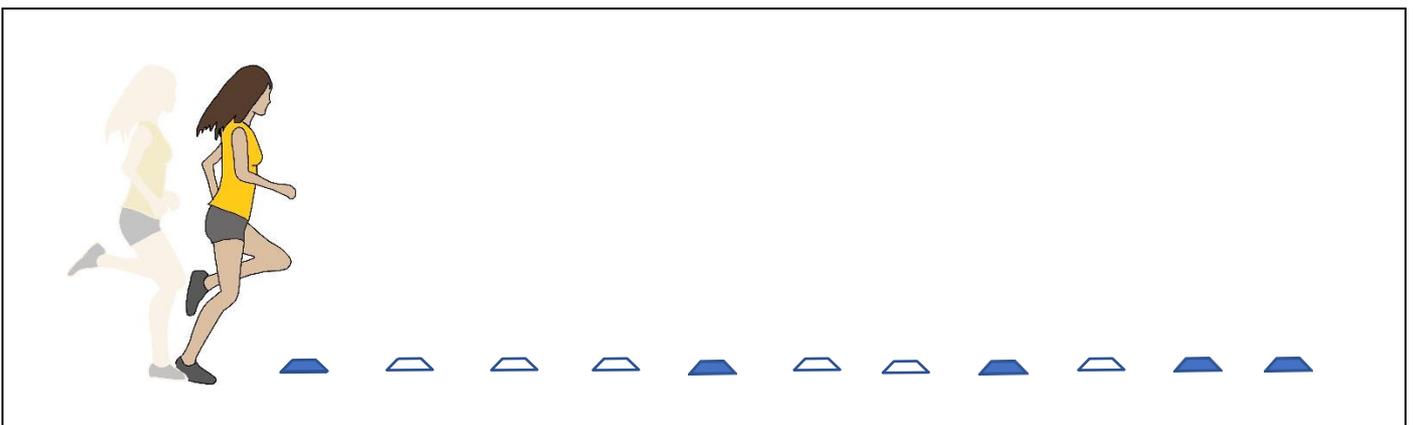
Niveau 1 : 



Niveau 2 : 

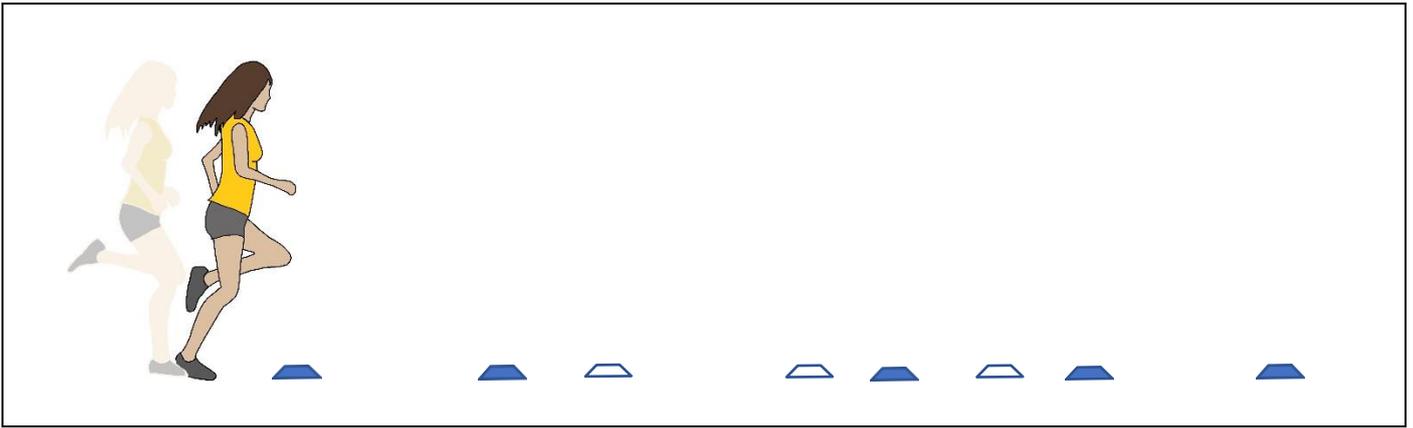


Niveau 3 : 

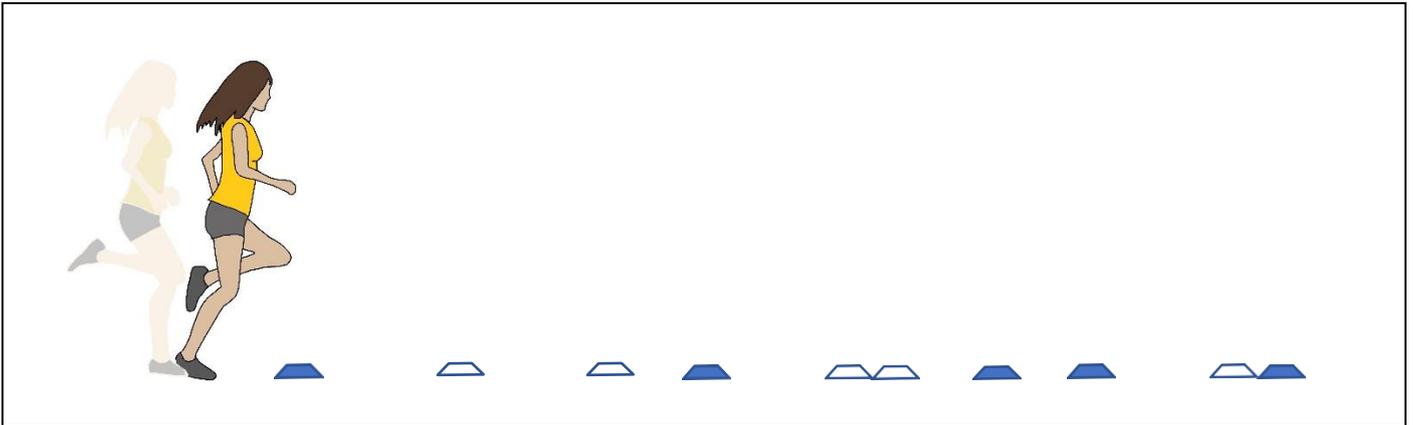


Niveau 4 : 

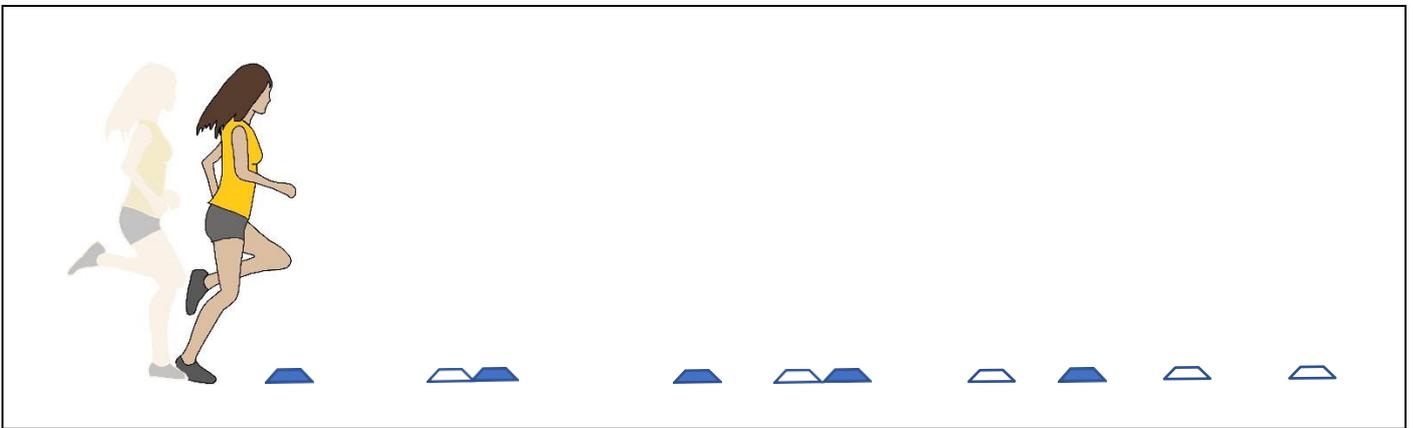
Profil 3



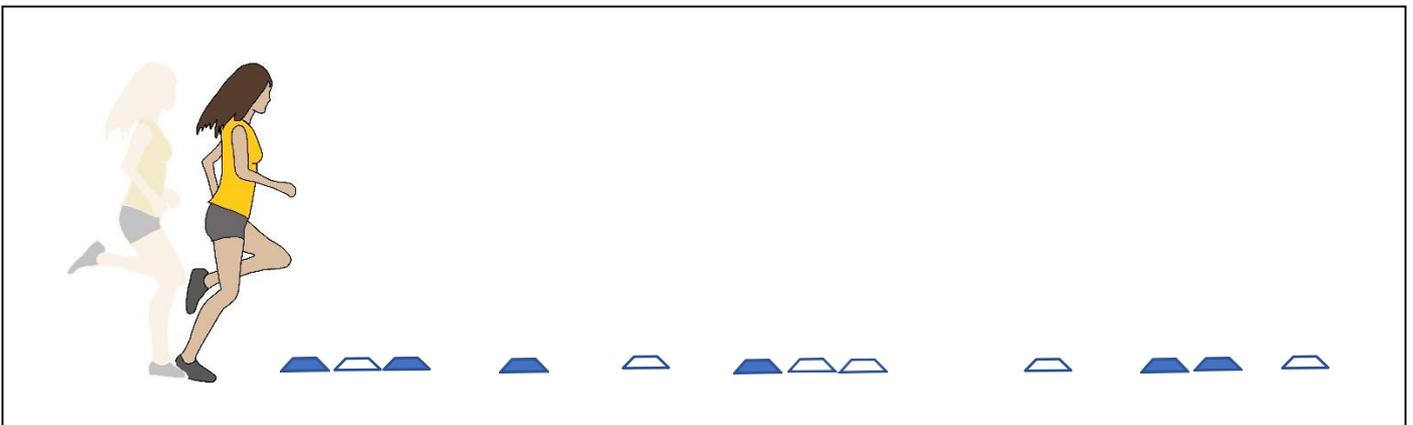
Niveau 1 : 



Niveau 2 : 



Niveau 3 : 



Niveau 4 : 

Comment évaluer ?

Pour permettre à chacun d'avoir un contrat à son niveau, l'élève peut choisir la ligne en fonction de son profil. Par exemple :

- **Le profil 1** correspond à un élève plutôt sédentaire qui peut améliorer son équilibre en mouvement.
- **Le profil 3** correspond à un athlète ou un joueur de club qui utilise fréquemment les techniques de course.

Défi 1						Défi 2						Défi 3						Défi 4					
0	1	2	3	4	5	0	1	2	3	4	5	0	1	2	3	4	5	0	1	2	3	4	5

Total = **17** sur 20

Indicateurs :

0 = Je ne parviens pas à réaliser le défi.

1 = Je comprends le défi et je parviens à le réaliser sans me tromper dans les couleurs.

2 = Je parcours le défi sans perdre l'équilibre

3 = Je parcours le défi sans m'arrêter, sans accélérations et sans à-coups.

4 = Je réussis le défi avec mes pieds placés soigneusement en face de chaque plot.

5 = Je réussis le défi avec fluidité, sans à-coups ni accélérations et dans le respect des positions des pieds.



Carte **Joker +** = 1 point si tu proposes un autre défi de ton choix (pas vu au cours).

Carte **Joker ++** = 3 points si tu réalises un autre défi du répertoire plus difficile à la place.

Ces exercices peuvent être produits en auto-évaluation. Ils respectent la distanciation et l'utilisation de matériel individuel. Le cas échéant, ils peuvent également être réalisés à domicile. Cela permet aux élèves absents de travailler les mêmes habiletés au même rythme que les autres. Cette piste peut également être exploitée en distanciel en se référant au point 1 (scénario d'apprentissage).

Remarques :

Ces propositions ont été soigneusement sélectionnées pour donner à chaque élève un réel challenge (philosophie du défi). C'est évident qu'il ne s'agit pas d'exercices élémentaires, toutefois ils nous semblent tous accessibles à condition des'y préparer scrupuleusement. De plus l'élève a le droit de commencer à un niveau 1 et d'évoluer au rythme de ses possibilités.

Ressources :

Formation FORFOR, Frédéric Xhonneux 2020

Formation équilibre et multi-bonds HERS, Nicolas De Matos 2009

Définition de la proprioception : https://www.youtube.com/watch?v=gHi-5_H9ywl

Le scénario est inspiré de la méthode ABC Learning « by Digital Education UCL »

François Poull, 29 Octobre 2020