

Atelier cantonal

Grandir pour être soi : alimentation, mouvement et image corporelle des 0-6 ans

B4. L'éducation physique différenciée : l'exemple du travail par postes

Sara.cotroneo@verdeil.ch

Il est difficile de différencier l'activité lorsque le niveau d'une classe est très hétérogène. Pourtant, il est important que chacun y trouve son compte afin que le maximum des besoins puisse être satisfait. Il est dès lors nécessaire de proposer un accompagnement différencié.

Cependant, la tâche est rendue difficile par les possibilités de prise en charge. Souvent, il n'y a qu'un ou deux adultes pour 15-20 élèves.

Le travail par postes permet de proposer aux élèves un enseignement différencié où chacun peut évoluer en fonction de ses compétences, de ses besoins, de ses envies mais aussi de ses peurs et appréhensions !

Dans cette approche, il est possible de proposer rapidement une adaptation de l'activité en fonction des besoins des élèves : soit plus facile, soit plus difficile. Le tout sans engendrer de grands changements dans sa planification.



L'île aux pirates

Structure d'une leçon :

- **Echauffement**
Découverte de l'île (des images) par un jeu d'orientation
(courir pendant la musique- se diriger vers l'objet nommé/montré lorsqu'elle s'éteint)
- **Partie principale**
Présentation des postes. Déplacement en rotations libres ou dirigées.
Consignes : passer partout/ si un poste est occupé, aller à un autre en attendant/3 répétitions puis changer de poste avant d'y revenir
- **Retour au calme**
Aller s'asseoir vers le poste que j'ai le plus aimé. Si temps : le refaire une fois
Découvrir tous ensemble le message du capitaine

1) La bataille des pirates

- Traverser le pont puis affronter les autres pirates
+ : mettre un cache œil, faire tomber les pirates en traversant le pont
- : mettre le banc à l'endroit, s'aider de l'épée pour traverser le pont
(canne ou barre d'équilibre)



2) L'œuf du perroquet

- Ouf très rare, à ramener dans son nid avec précaution
+ : tenir de la mauvaise main, aller en arrière, remplacer l'œuf par une balle de ping pong, franchir des obstacles
- : tenir des deux mains, raquette plus courte, le tenir dans la main



*Banc à l'envers
Piquets
Bâton suédois*

*Raquette de bad
Volants/balles de
jonglage
2 cerceaux*

3) Message au capitaine

Une bouteille est trouvée à la mer, il faut la ramener sur le bateau afin que le capitaine puisse lire le message (monter sur le pont, lancer la bouteille sur le bateau, sauter à la mer)

+ : monter en arrière, debout

- : baisser la hauteur du banc, monter assis à l'envers, redescendre en glissant ou en descendant les espaliers



*Bouteilles en pet
avec message
banc suspendu aux
espaliers
gros tapis*

4) Chapeau du capitaine :

Le capitaine a perdu son chapeau. Il faut le lui ramener sans tomber dans l'eau ! (Marcher dans les cerceaux)

+ : transporter le chapeau sur le dos, sur le ventre (crabe), à cloche pied

- : tenir le chapeau dans la main/le tenir sur la tête avec la main



*Chapeaux chinois
Cerceaux*

5) A l'abordage !

Traverser le pont levis (un banc à l'envers fait bascule sur un caisson)

+ : traverser sur la tranche fine du banc, debout ; traverser en évitant les boulets de canons, traverser à deux

- : traverser sur la tranche épaisse, diminuer la hauteur de la bascule



*Banc
2 couvercles de
caisson*

6) Le radeau

Tenir à genoux le plus longtemps possible sans poser les mains
+ : se mettre à deux et essayer de faire tomber l'autre, faire voler des ballons de baudruche
- : s'asseoir, se coucher
+



7. Le trésor

Ramener les lingots d'or en passant dans la cachette secrète
+ : ramper sur le dos, les pieds en premier, les yeux bandés
- : se faire tirer sur un chariot à roulettes, un copain me pousse/me tire



4 couvercles de caisson ou bancs beaucoup de ballons dur

1 tapis de 16cm

Tunnel (tapis de 16 et banc)

sacs de sable

Remarques générales :

- La liste des adaptations n'est pas exhaustive ! Laisser libre cours à son imagination... et à celle des élèves.
- Le message trouvé dans la bouteille est important ! Cela peut être un message d'encouragement, une carte au trésor (lien pour le prochain cours) ; une demi carte (l'autre moitié doit être retrouvée la prochaine fois)
- Dans l'organisation de la salle, mettre un seul poste à la fois qui a besoin de la surveillance d'un adulte.
- On peut ne sortir que quelques postes et les dédoubler (favoriser le rendement, l'activité) et on reprend les autres postes la prochaine fois.
- On peut garder les mêmes activités mais changer de thème (zoo ; Noël ; le cirque, etc.)
- On peut garder le thème et changer le but recherché (ici, le travail de l'équilibre) : les lancers, les roulés, etc.
- On peut modifier les déplacements dans les différents postes : en tirant une carte, en lançant le dé, en tournant toujours dans le même sens, en délimitant le temps à chaque poste.