

Extrait du Education Physique et Sportive

<http://webetab.ac-bordeaux.fr/Pedagogie/EPS/spip/spip.php?article520>

# Exemple de Situation complexe en Relais vitesse Niveau 1

- Ressources pour l'enseignant - Ressources didactiques et pédagogiques - La Situation Complexe : Lieu d'acquisition des compétences - Les Productions du groupe de reflexion académique - CP1 : Réaliser une performance mesurée à échéance donnée -



Date de mise en ligne :

## **Description :**

Auteur : Bruno Marrier, collègue Jean Zay

---

Copyright © Education Physique et Sportive - Tous droits réservés

---

Elements de mise en oeuvre de la situation complexe

[Compétence attendue](#)

[Cadre de conception de la SC](#)

[Descriptif de la situation complexe](#)

[Les paramètres](#)

[Conseils de mise en oeuvre](#)

[Repères du cycle](#)

[Questions-réponses](#)

[Situations Ciblées](#)

[Evaluation](#)

[Documents annexes](#)

Auteur : Bruno Marrier, Collège Jean Zay

L'Inspection Pédagogique Régionale, pour aider à la mise en oeuvre d'un enseignement finalisé par l'acquisition de la compétence attendue, a créé un groupe de productions pédagogiques. Les travaux réalisés par ce collectif ont pour objet de proposer des exemples de situations complexes en EPS.

•

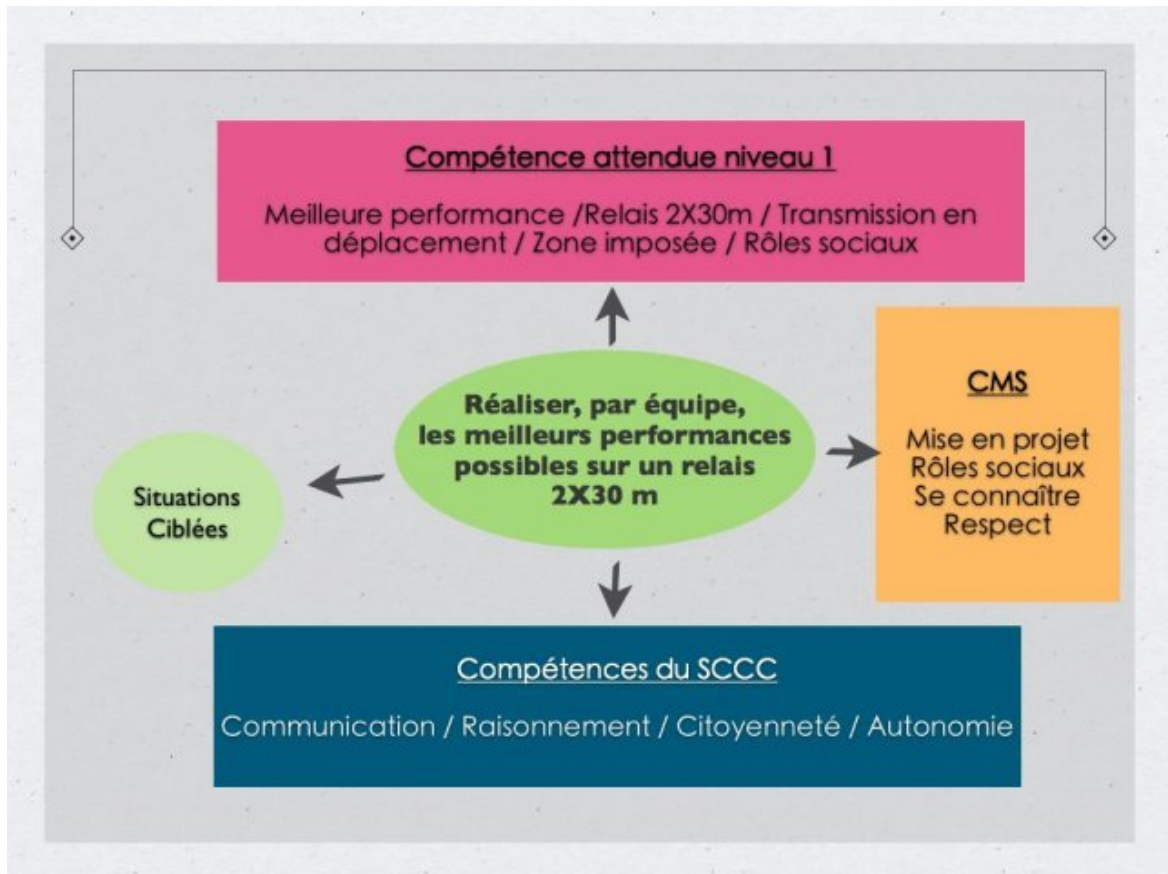
## La compétence attendue

Réaliser la meilleure performance possible dans un relais de 2X30 mètres en transmettant le témoin en déplacement, dans une zone imposée.

Tenir les rôles de donneur et de receveur. Assumer au sein d'un groupe restreint le rôle d'observateur.

•

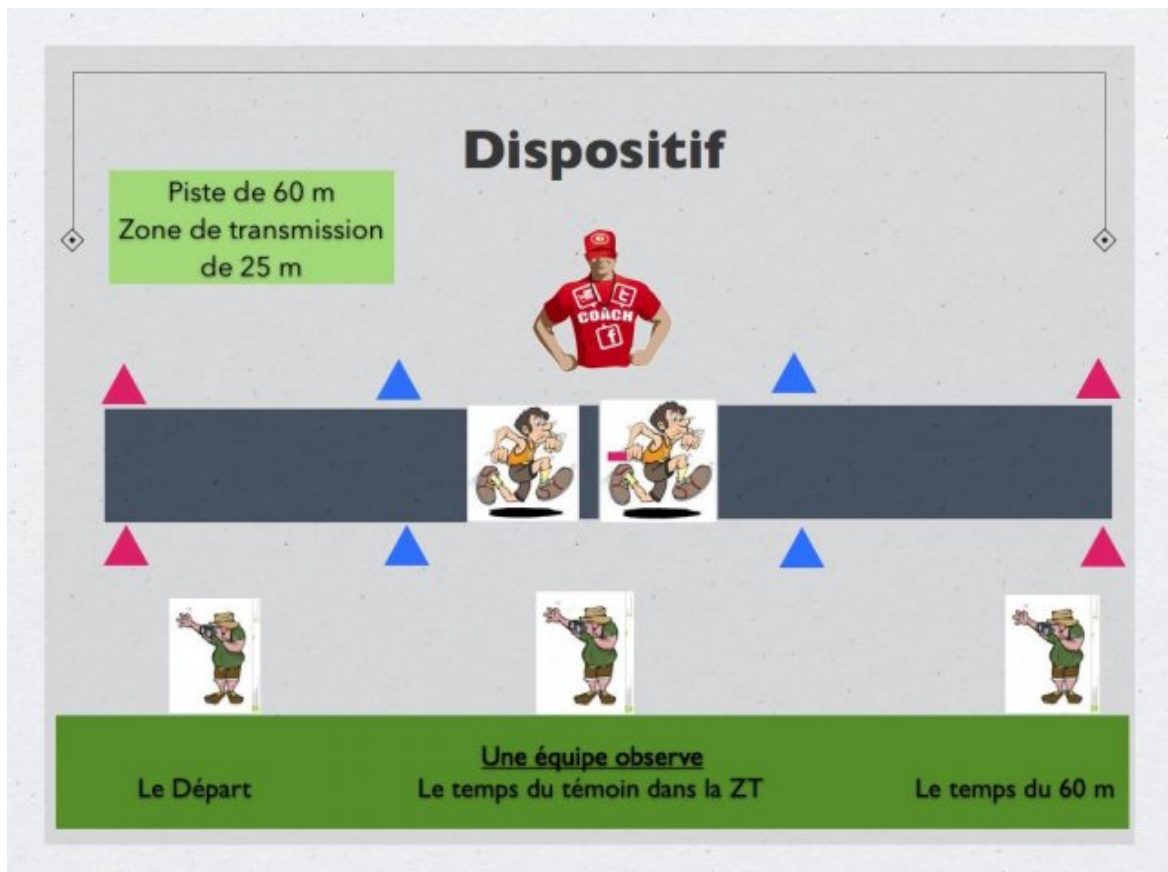
## Cadre de conception de la SC



Les items du socle	
<b>Compétence 1: Maîtrise de la langue française</b> - Formuler clairement un propos simple	Échanges autour de la stratégie de transmission entre les coéquipiers et avec le coach
<b>Compétence 3: Culture scientifique</b> - Raisonner, argumenter, pratiquer une démarche expérimentale - Grandeurs et mesures - Le vivant : le corps humain et ses possibilités	Formulation d'un problème à partir de traces de lecture dans le cadre de l'observation et des efforts ressentis. Recherche de solutions (coups de pied, signal, position dans le couloir...)
<b>Compétence 6: Compétences sociales et civiques</b> - Respecter les règles de la vie collective - Comprendre l'importance du respect mutuel et accepter toutes les différences	Ruade, prise de parole, respect de la stratégie programmée d'entraînements, d'équipe.
<b>Compétence 7: L'autonomie et l'initiative</b> - Savoir s'autoévaluer et être capable de décrire ses intérêts, ses compétences et ses acquis	Construire son profil de sprinteur (démarriage, vitesse initiale...) Prendre des décisions (choix d'une stratégie) et l'engager (planification dans les courses).

</media1617|embed|center|taille=moyen></media1616|embed|center|taille=moyen>  
 </media1615|embed|center|taille=moyen> </media1614|embed|center|taille=grand>

## Description de la situation complexe



## Déroulement

- ⊛ Une équipe de 3, qui alterne les rôles de donneur/receveur/coach, réalise 6 courses de 2X30 mètres.
- ⊛ Une autre équipe de 3 assure le chronométrage du temps du 60 m et du temps du témoin dans la zone de transmission.

## Consignes pour les coureurs

- Votre équipe doit réaliser 6 courses de 2X30 m**
- Alterner les rôles de donneur, de receveur et de coach**
- Un même coureur ne peut pas occuper plus de 2 fois le même rôle**

## Consignes pour les observateurs

- Mesurer le temps du 2X30 mètres**
- Mesurer le temps du témoin dans la zone de transmission**
- Communiquer aux coureurs leurs performances**

## Fiche de travail Recueil des données

Equipe	Course 1 60m/ZT	Course 2 60m/ZT	Course 3 60m/ZT	Course 4 60m/ZT	Course 5 60m/ZT	Course 6 60m/ZT	Points Meilleure Perf
Mélanie	12" / 4"50	Coach	11" / 4"	11"50 / 4"	Coach	10"76 / 3"85	11,5
Nico			Coach			Coach	11,75
Jean-Luc		10"50 / 4"	11" / 4"	Coach	11"25 / 5"	10"76 / 3"85	11,5
Bilan des performances de l'équipe sur la séance (Total des points de l'équipe)							<b>34,75</b>

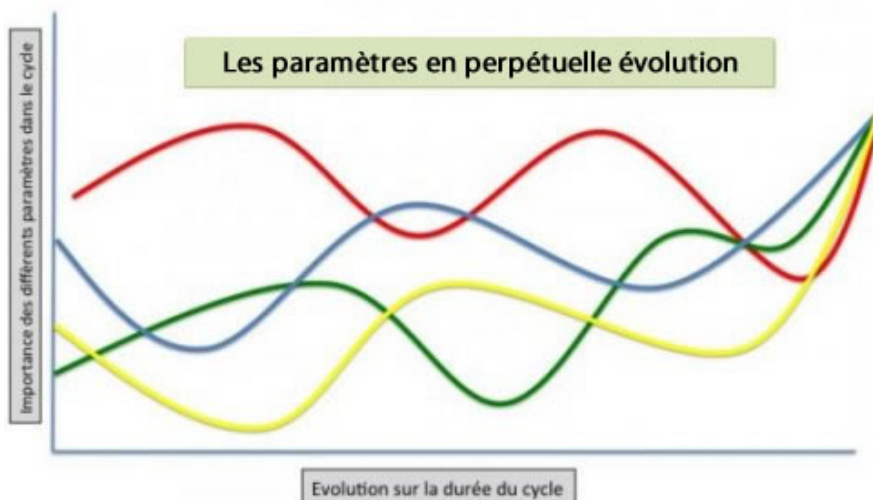
</media1623|embed|center|taille=moyen></media1622|embed|center|taille=moyen>  
</media1621|embed|center|taille=moyen></media1620|embed|center|taille=moyen>

</media1618|embed|center|taille=grand>

•

## Les paramètres de la situation complexe

Ils résultent d'un processus de combinatoire qui fait système, où chaque élément est modifié par les autres. L'activité de l'élève procède de l'intégration de ressources pour mettre en place la compétence attendue qui n'est pas constituée d'une addition de ressources. Le moteur interagit avec le social qui interagit avec le méthodologique....il n'y a pas de prédominance d'un paramètre. La compétence à réaliser provient d'une dynamique interactionnelle entre ces éléments.



Paramètre moteur	Paramètre social	Paramètre methodologique	Paramètre langagier
---------------------	------------------	--------------------------	---------------------

## Exemple de Situation complexe en Relais vitesse Niveau 1

<p>Des courses à intensité maximale et des répétitions suffisantes pour entraîner la filière anaérobie alactique et consolider une technique de transmission</p> <p>Une zone de transmission de 25 m pour augmenter le temps de course en situation de partage et ajuster l'emboîtement des vitesse</p> <p>Le temps du témoin dans la zone de transmission pour informer en direct les coureurs et le</p>	<p>Des relations à trois (2 coureurs/1 coach) pour ajuster les courses et transmettre en déplacement</p> <p>Des rôles de chronométreur à assumer, pour favoriser le relevé des temps au profit de l'équipe qui court.</p>	<p>La connaissance du temps du témoin dans la zone de transmission favorise la construction de la meilleure performance possible, essais après essais.</p> <p>Tirer les conséquences des différents essais pour coordonner de mieux en mieux les vitesses.</p> <p>Où placer la marque au sol ?</p>	<p>Une prise en compte de la performance collective, à savoir la somme des points marqués par chaque membre de l'équipe, pour les inviter à échanger sur les courses de chacun.</p> <p>Des conseils et des débats avant les courses, entre les courses et après les courses autour des temps réalisés alimentent les échanges et favorisent la mobilisation du langage</p>
---	---	--	--

coach de

l'efficacité de la

charnière

</media1561|embed|center|taille=550>

•

## Conseils pour la mise en oeuvre

### Conseil n°1 : la mise en place

## Exemple de Situation complexe en Relais vitesse Niveau 1

---

Afin d'aider les élèves à entrer pleinement dans la situation complexe du cycle relais vitesse, proposez dès les premières séances des courses où les élèves manipulent de façon séparée les observables de la situation, à savoir le temps du 2X30 m et le temps du témoin dans la zone de transmission. Les élèves vont commencer à s'approprier les éléments clés du cycle et donc favoriser leur mise en projet. Vous vous apercevrez que "*chronométrer le temps du témoin dans la zone de transmission*" n'est pas facile au départ pour les élèves. Il faut qu'ils soient à la fois proche de l'entrée et de la sortie du témoin. Un travail dès le début du cycle autour du chronométrage s'avère incontournable. Il est même important d'envisager un protocole identique pour tous de façon à ce que les performances, essais après essais, soient comparables. Par exemple, un des principes peut être que les chronométreurs doivent obligatoirement se situer en départ de zone de transmission et suivre le déplacement de la charnière en déplacement jusqu'à que le témoin en sorte. Un double chronométrage est aussi à envisager pour s'assurer de la validité des temps.

### Conseil n°2 : la fréquence de la situation complexe dans le cycle

Cette situation complexe est un contexte d'apprentissage où l'on répète des efforts intenses, où l'on travaille l'efficacité de la charnière. Les observables qui s'associent à cette situation donnent des repères sur lesquels l'élève peut s'appuyer pour se mettre en projet et mettre en place sa stratégie. L'élève s'entraîne donc à transmettre en déplacement dans un contexte d'apprentissage qu'il connaît et maîtrise. Pour ces raisons, il nous semble que la situation doit être proposée de façon régulière

### Conseil n°3 : Les situation ciblées

Le détour par des situations ciblées s'avère parfois incontournable. En effet, le contexte de la situation complexe ne permet pas toujours de surmonter l'ensemble des difficultés rencontrées par les élèves. Pour des problèmes qui touchent la majorité de la classe, nous pouvons intégrer des situations ciblées en fin d'échauffement. Pour des problèmes plus particuliers (groupe ou élève) , il est possible de proposer un couloir de travail où est aménagé une situation ciblée.

Par exemple, pendant que la classe évolue dans la situation complexe, un groupe peut travailler la Transmission à Grande Vitesse ("TGV", c.f situations ciblées).

Pour éviter aux élèves une surcharge de consignes et de dispositifs , nous vous conseillons d'organiser vos situations ciblées en prenant appui sur les zones utilisées lors de la situation complexe.

## Repères du cycle



Etapas du cycle			
	Objectifs	Niveau d'activation des paramètres	Situations ciblées Exemples
Etape 1	Entrée dans la SC S'élaner avant de recevoir		«La chasse au lièvre»
Etape 2	Expérimenter des transmissions en déplacement S'entraîner/ Coacher		«La marque au sol»
Etape 3	Optimiser le projet collectif		«TGV»

</media1624|embed|center|taille=moyen>

## Situations ciblées

- " La chasse au lièvre"

**Objectif :**

S'élaner avant de recevoir en focalisant son attention sur le comportement du donneur.

**But :**

Pour le chasseur : toucher le lièvre

Pour le lièvre : ne pas être touché pas le chasseur

**Dispositif :**

- Couloir de 25 m
- Deux coureurs dans le même couloir
- Le chasseur est situé à 2m50 du lièvre.

**Consignes :**

- Le départ du chasseur donne le signal de la fuite du lièvre qui doit parcourir 25 m sans se faire toucher.

**Critères de réussite :**

Pour le lièvre : atteindre les 25 m sans être touché.

Sur 3 passages, au moins 2 réussites

**Evolutions possibles :**

- modifier les positions de départ pour les 2 coureurs ou pour un seul en fonction des niveaux
- augmenter l'écart entre le chasseur et le lièvre.

- "La marque au sol"

**Objectif :**

S'élaner en focalisant son attention sur le passage du donneur sur la marque au sol

**But :**

Réaliser la meilleure performance possible grâce à la marque au sol

**Dispositif :**

- Par groupe de 3, un chronométrateur et deux coureurs
- Deux coureurs dans le même couloir
- Placer une marque au sol, 4 mètres avant la zone de transmission (voir dispositif situation complexe)

**Consignes :**

Coureurs :

- Le receveur démarre au moment où son partenaire passe au-dessus de la marque au sol
- Une fois touché par le donneur, il doit finir sa course en fin de zone de transmission
- 3 essais par poste

## Exemple de Situation complexe en Relais vitesse Niveau 1

---

Chronométrateurs :

- Chronométrer les performances entre le départ du donneur et l'arrivée du receveur en sortie de zone de transmission

**Critères de réussite :**

Identification claire de la marque au sol qui permet de réaliser la meilleure performance possible.

**Evolutions possibles :**

- placer des marques tous les 50 cm

- **"La TGV : Transmission à Grande Vitesse" Objectif :**

Dissocier les actions de transmission et de course rapide

**But :**

Réaliser à 2 le meilleur temps du témoin dans la zone de transmission

**Dispositif :**

- Baliser deux portions de course : une zone de mise en action et une zone de transmission (25 m)

**Consignes :**

Coureurs :

- A deux, courir l'un derrière l'autre dans la zone de mise en action et se transmettre le témoin à vitesse rapide dans la zone de transmission

- Se partager le couloir en fonction de la main qui reçoit le témoin

Chronométrateurs :

- Mesurer le temps du témoin dans la zone de transmission

**Critères de réussite :**

Temps du témoin < 3"50

Transmission sans ralentissement

Effectuer la transmission sur 2-3 foulées

**Evolutions possibles :**

- possibilité de prolonger le sprint pour recommencer une nouvelle transition à grande vitesse

## Questions- Réponses

### **Pourquoi 4 courses par élève dans la situation complexe ?**

Les élèves courent à intensité maximale. La filière de la vitesse à savoir la filière anaérobie alactique est ici fortement sollicitée. A ces intensités, le volume de travail ne peut pas être plus augmenté. Les performances vont se dégrader par manque de fraîcheur neuro-musculaire.

### **Pourquoi additionner les points de chaque coureur de l'équipe en fin de situation complexe ?**

Afin de faire entrer chaque élève dans le rôle de coach. Nous sommes partis du principe qu'un élève ne peut véritablement s'engager dans ce rôle que si lui aussi est directement impacté par les performances de ses partenaires.

Ainsi, nous attendons des conseils avant, pendant et après la course pour faire progresser l'équipe.

## Evaluation

•

## Documents annexes