

dossier
maternelle

Les activités physiques à bras-le-corps

Dossier réalisé par
Mathilde Blanchard,
Emmanuelle Quémard,
Anaïs Richard et
Nelly Rizzo

Les activités physiques dès l'école maternelle constituent avant tout un moyen de développer la motricité de l'enfant. La recherche montre également son apport dans la lutte contre les inégalités sociales et les stéréotypes de genre. Afin de permettre les multiples apprentissages visés, les PE doivent bénéficier d'une formation solide, notamment en psychomotricité.

Les activités physiques
à bras-le-corps

« Le corps étant en perpétuelle sollicitation, il est important dès le plus jeune âge de savoir l'utiliser à bon escient pour réaliser des actions et cela passe par sa mise en jeu et son contrôle ». En faisant ce constat, Ingrid Verscheure, professeure des universités en sciences de l'éducation et de la formation, souligne l'importance de l'Éducation physique et sportive (EPS) dans les apprentissages réalisés dès la maternelle (lire p 19). Les activités physiques participent, en effet, au développement moteur de l'enfant, mais aussi à sa socialisation et à son émancipation. « Ces pratiques lui permettent de découvrir le monde, de bouger, d'agir, de développer l'habileté motrice, la mise en projet, de se situer dans l'espace, d'y prendre des informations ou encore d'être capable de se montrer aux autres », précise-t-elle.

Une analyse partagée par Fabrice Delsahut, maître de conférences en Sciences et techniques des activités physiques et sportives (STAPS). Selon lui, la capacité à produire des gestes moteurs repose sur un triptyque essentiel, mettant à la fois en œuvre « un aspect moteur en lien avec l'anatomie - le fonctionnement neuromusculaire -, un aspect cognitif en lien avec le développement du cerveau et un aspect affectif car il faut gérer les relations à un environnement physique et social » (lire p 17).

UN LEVIER CONTRE
LES INÉGALITÉS

Si l'introduction des activités physiques dans les enseignements dispensés en maternelle n'est pas une nouveauté - les premières instructions remontent à 1921 -, le contenu et les objectifs d'apprentissage assignés aux pratiques sportives proposées aux élèves les plus jeunes n'ont cessé d'évoluer au fil du temps. Aujourd'hui, il s'agit de développer la motricité de l'enfant, mais aussi de permettre aux enseignants et enseignantes d'activer un levier supplémentaire pour s'attaquer aux inégalités sociales ou de genre. « Pour différentes raisons, des enfants issus des milieux populaires ne pratiquent pas d'activités physiques et sportives ou pratiquent des activités choisies par les parents parce que proches du domicile ou peu onéreuses », note Ingrid Verscheure qui pointe, par ailleurs, le fait que « de



“Les activités physiques participent au développement moteur de l'enfant, mais aussi à sa socialisation et à son émancipation.”

nombreux travaux montrent aussi que beaucoup de filles arrivent à l'école sans jamais avoir tapé, lancé ou rattrapé un ballon ». Pour l'universitaire, l'école maternelle constitue le lieu idéal pour acquérir des compétences physiques et s'attaquer à différentes formes de ségrégation. Dans ce contexte, la formation initiale et continue des PE représente un enjeu majeur. Disposer de connaissances sur les gestes et actions motrices, concevoir des activités physiques appropriées en pensant les objets d'apprentissage et les variables didactiques, observer, verbaliser les actions et les critères de réussite

“Beaucoup de filles arrivent à l'école sans jamais avoir tapé, lancé ou rattrapé un ballon”

(sur le vif ou en décroché)... Des compétences professionnelles qu'il convient de mieux accompagner.

RÉACTIVER LES
APPRENTISSAGES TRAVAILLÉS

Sur le terrain, les temps de rencontres organisés par les équipes pédagogiques témoignent du travail et des progrès importants des enfants. Ainsi, les élèves en GS de l'école Paul-Langevin située en Rep à Garges-lès-Gonesse (Val d'Oise) pratiquent chaque semaine des jeux collectifs et d'opposition. « Au début, ils s'agglutinaient, témoigne Carmen

Vissière, enseignante. Nous avons commencé par travailler sur l'occupation de l'espace. C'est l'occasion de comprendre les enjeux des jeux collectifs, de prendre plaisir à jouer, d'apprendre à respecter les autres, de s'approprier des règles progressivement, les équilibres, les appuis, l'adresse ou encore la vitesse de course » (lire p 16-17). Autre exemple : l'organisation d'olympiades qui se tiennent à l'école d'Uzos (Pyrénées-Atlantiques). Les 86 élèves de la PS au CM2 se retrouvent ainsi pour participer à une série d'activités physiques (jeu de lutte, biathlon, tir à la

CHANGER DE
REGARD

La prise en compte du corps à l'école est encore trop souvent considérée comme perturbateur, encombrant ou trop mobile. Mais l'idée que le corps doit être immobile pour apprendre est de plus en plus remise en cause car les recherches montrent que l'enfant doit être pris dans sa globalité et qu'apprendre pour un jeune enfant passe par la motricité et l'engagement du corps tout entier. Selon Nathalie Bonneton, « le corps a une part importante dans la construction des connaissances et dans la capacité à les réactiver. [...] Les représentations motrices jouent le rôle de ciment entre des représentations auditives et visuelles ». Il convient donc de changer de regard et d'accepter qu'un élève puisse apprendre allongé par terre, couché sur la table ou debout.

corde, course en sac, relais de transvasement d'eau...) visant à « réactiver des apprentissages de divers champs, travaillés dans l'année mais sur des supports nouveaux » selon Théo Rozé, PE stagiaire en PS-MS (lire p 18). C'est aussi l'occasion pour l'enseignante-formatrice de la classe de faire le point sur les acquis des « patrons moteurs de base » des élèves. Le rôle de l'école, qui est notamment, selon Ingrid Verscheure, « de créer les conditions pour qu'il y ait une ouverture des possibles afin de permettre à tous les élèves d'accéder à un certain nombre de compétences », serait donc ici bien rempli.

Un domaine d'apprentissage en soi

Loin du « bouger pour la santé » prôné par les 30 minutes d'APQ*, l'éducation physique à la maternelle est pensée dans les programmes depuis plus de cent ans.

C'est en 1921 qu'un décret replace l'enfant au centre de l'école maternelle en donnant la primauté à l'éducation sur l'instruction. Les exercices physiques remplacent les simples mouvements à reproduire qui servaient jusqu'alors à préparer de « futurs ouvriers ». Puis, en 1971, les textes évoluent pour prendre en compte autant les besoins de l'enfant que la connaissance de ses conduites motrices, en respectant son développement psychomoteur (prise de conscience du corps, de l'espace, du temps...). S'y ajoutent dans les années Quatre-vingt la volonté de lutter contre les inégalités sociales et culturelles, mais

aussi celle d'intégrer les élèves en situation de handicap. Nouveau changement en 1995 où « l'action est un élément essentiel de développement de l'enfant » dans un domaine intitulé « Agir dans le monde ». L'éducation physique et sportive (EPS) doit aussi s'ouvrir à la culture, incitant ainsi à faire appel à des intervenants extérieurs. En 2002, la dimension langagière apparaît dans un domaine nommé « Agir et s'exprimer avec son corps ». Enfin, les programmes de 2015 soulignent l'importance d'amener les élèves à dépasser le « faire » pour parvenir à « penser le faire » en enrichissant l'intitulé ainsi : « Agir, s'exprimer et comprendre au travers de l'activité physique » (inchangé en 2021). Si les textes ont évolué, dans les faits, pour assurer une séance quotidienne de qualité en maternelle, il est nécessaire d'avoir du matériel, des locaux adaptés et des équipements proches, mais aussi de bénéficier d'une solide formation. L'accent mis sur les fondamentaux dans les nouveaux programmes 2025 risque de réduire le temps consacré à ces enseignements.

* Activités physiques quotidiennes.

Dans les starting-blocks

À Garges-lès-Gonesse, les GS de l'école maternelle Paul Langevin expérimentent les jeux collectifs et d'opposition.

Il n'est pas minuit dans la bergerie mais dix heures à l'école Paul Langevin. Dans cette école maternelle en Rep, située à Garges-lès-Gonesse dans le Val d'Oise, les élèves de grande section (GS) de Carmen Vissière sont dans les starting-blocks. « C'est parti ! ». Une nuée se met à courir joyeusement dans tous les sens à la vitesse de l'éclair. « J'ai attrapé ta queue du loup, lance Ekam à Warren, tu dois aller t'asseoir sur le banc ». Ce dernier en profite pour encourager les membres de son équipe encore en lice : « Attention derrière toi Wassila ! ». Gauche, droite, c'est une salve de pas de côtés pour esquiver les attaques. Daniel en perd l'équilibre mais se relève aussitôt. « Tu n'as pas le droit de tirer mon tee-shirt », rappelle-t-il à Ibrahim. Au même moment, Mouhamed et Yusuf s'affrontent. Bien ancrés sur leurs appuis, en garde, chacun essaye de déséquilibrer son adversaire. « Bravo ! », s'exclame Carmen. La parade de Mouhamed cède sous le crochet de Yusuf qui se saisit d'un tour de main du foulard dans le dos de son adversaire. « C'est pas juste, les jaunes sont cinq et nous sommes quatre », se plaint Mouhamed, déçu d'avoir perdu. « Facile, tu changes et tu vas avec les rouges, propose la maîtresse, nous verrons si le nombre de joueurs est déterminant pour gagner ». Les deux équipes raccrochent leur queue du loup et se placent derrière leur ligne de départ respective. « Tu as vu comme j'ai couru vite ? », se félicite Isaac.



3 QUESTIONS À...



FABRICE DELSAHUT,
maître de

conférence en STAPS à l'Inspé Paris-Sorbonne

1.

QU'EST-CE QU'UN PATRON MOTEUR DE BASE ?

Il s'agit d'actions motrices fondamentales relatives à des schémas de mouvements spécifiques et observables. Dit autrement, c'est une « grammaire motrice » qui se regroupe en quatre familles : les locomotions - marcher, courir mais aussi grimper, glisser, rouler, nager... -, les équilibres - statiques et dynamiques -, les manipulations - saisir, pousser, tirer... - et les projections et réceptions d'objets avec les mains, les pieds ou des objets comme une raquette. Ces patrons moteurs sont à construire avant 6-7 ans et évoluent avec l'âge selon des stades précis. Cette capacité à produire des mouvements avec un certain contrôle constitue l'assise de toutes les formes de mouvements spécialisés pour la suite, notamment les habiletés sportives.

2.

QUELS PROCESSUS SONT EN JEU ?

Nous sommes dans le registre sensori-moteur, nommé aussi psychomotricité, qui s'appuie sur un triptyque essentiel. Un aspect moteur en lien avec l'anatomie, le fonctionnement neuromusculaire. Un aspect cognitif en lien avec le développement du cerveau. Et un aspect affectif car il faut gérer les relations à un environnement physique, social... L'acte moteur va, en effet, permettre une adaptation à ces environnements. À l'école maternelle, il est question de travailler le « comment faire » au regard des besoins psychomoteurs des enfants pour les amener à maîtriser les

postures, les gestes liés à des habiletés. Par exemple, faire des roulades interroge le chemin parcouru de transformations des gestes moteurs : flexion et poussée des jambes, rotation dans l'axe menton rentré et dos courbé, utilisation de l'espace bas.

3.

QUELLES PRATIQUES PERMETTENT CE TRAVAIL ?

Sans hiérarchisation... Faire « apprendre son corps » pour construire le schéma corporel. Se fixer sur les besoins de l'enfant et non sur les moyens disponibles à l'école. Identifier les apprentissages à construire et aménager les espaces et activités les permettant. Sortir d'une gestion des corps, d'une sécurité prépondérante et d'une structuration autour d'enjeux sportifs. Ne pas réduire la séance aux parcours et proposer des ateliers, le parcours pouvant être conçu comme un enchaînement final des divers gestes appris. Penser aux activités pieds nus, indispensables pour développer la proprioception et la pose des appuis au sol. L'idée principale est la multiplication : des activités, des espaces, des objets, des apprentissages de chaque patron moteur... Il s'agit également de donner un temps conséquent d'activité, laisser les enfants explorer, en autorisant le temps long, dans un continuum, sans se figer sur des attendus liés à l'âge. Cette révolution des pratiques implique une prise de conscience et un militantisme pour redonner la place du corps à la maternelle, puis une formation solide, en psychomotricité en particulier. Cette démarche s'appuie beaucoup sur l'observation. Plutôt que des recettes, comprendre les processus, identifier les patrons moteurs que l'on vise pour ensuite réfléchir aux multiples activités et ainsi diversifier le champ des possibles.



Variation de jeux, variation de gestes

Les olympiades de l'école d'Uzos constituent une approche festive pour réinvestir des apprentissages moteurs.

Plots, cerceaux, tapis, balles agrémentent la cour et la salle de motricité de la petite école d'Uzos nichée au creux des coteaux des Pyrénées-Atlantiques. « On va aux jeuxolympiades ! », s'écrie Noam, trois ans et demi. Des exclamations répétées par plusieurs enfants lors de la présentation des ateliers : jeu de lutte, biathlon, tir à la corde, course en sac, relais de transvasement d'eau... Les 86 élèves, de la PS au CM2, sont répartis en équipes mixtes. Après la présentation générale des consignes et attendus, les plus grands, les plus grandes, aiguillent déjà les plus jeunes vers le premier jeu. « Cette rencontre permet de réactiver des apprentissages de divers champs, travaillés dans l'année mais sur des supports nouveaux », explique Théo Rozé, PE stagiaire en PS-MS. Au fil de l'année, avec Stéphanie Carricart, PEMF de la classe, les séances ont été conçues en lien avec les patrons moteur de base, dans une multiplication des supports : la danse (fil rouge tous les jeudis), les ateliers de motricité et leur incontournable parcours, les manipulations d'objets variés pour travailler différents gestes et préhensions, du ballon de baudruche aux balles de tennis en passant par les balles ovales ou les ballons pailles... Pour Céline Loustau, son rôle d'ATSEM de la classe consiste à « rassurer, montrer

éventuellement une gestuelle, mais principalement à laisser les enfants expérimenter pour qu'ils osent progressivement ».

EXPÉRIENCES PLURIELLES

Au biathlon, Suzon, après une course de haies, se concentre pour lancer sa balle dans le seau. Stéphanie profite de la journée pour observer, dans une satisfaction assumée, les progrès de ses élèves. « En course, sa foulée est aérienne, elle dissocie bien le haut du bas du corps, même si elle pourra encore progresser dans la coordination des bras et a tendance à ralentir devant chaque obstacle avant de le franchir. Logique à son âge. Au lancer, la technique du bras cassé est en place, mais il s'effectue à l'amble, elle utilise encore seulement le bras sans transférer le poids du corps sur la jambe opposée ». Cet « œil du maquignon », l'enseignante le pose toute l'année sur les élèves. « Je m'appuie sur la verbalisation en direct des verbes d'action, sur le vocabulaire de spatialisation, des parties du corps. J'utilise aussi la vidéo pour faire percevoir les critères de réussites, les gestes adaptés et réguler les activités. » Au tir à la corde, activité prisée en force basque, Zoé, élève de MS, explicite son geste : « Je me penche vers l'arrière et je tire en m'appuyant sur les cuisses ! », témoignant ainsi de l'objectif d'équilibration et de manipulation. À la lutte, les ancrages au sol et l'appréhension des corps sont en jeu. À la course en sac, le gainage, l'équilibration et la locomotion. Au relais de transvasement, la locomotion est toujours visée mais c'est la stratégie qui est au cœur des préoccupations : « Pour ne pas renverser, je ne marche pas trop vite », divulgue Louisa. En fin de matinée, les enfants ont investi tous les ateliers même si chacun et chacune a son préféré.

« CRÉER UNE DYNAMIQUE D'APPRENTISSAGE »

Gestes professionnels, faire réussir et comprendre, espaces de travail, langage, évaluations, transversalité des apprentissages, égalité filles-garçons, programmations d'activités sont à retrouver dans le document ressource très complet d'Eduscol « Créer une dynamique d'apprentissage ».

EDUSCOL.EDUCATION.FR

DÉVELOPPEMENT SENSORI-MOTEUR

Stéphanie Barrau, PEMF à Poitiers et secrétaire nationale AGEEM, revient sur le développement sensori-moteur au service des apprentissages. Elle outille les PE pour observer les élèves, identifier les blocages moteurs des enfants et propose des situations pratiques pour mettre en place des activités permettant d'optimiser les apprentissages moteurs.

PODEDUC.APPS.EDUCATION.FR

SÉQUENCES ET PROGRESSIONS

La circonscription de Sélestat (académie de Strasbourg) propose sur son site un ensemble riche de ressources pour concevoir diverses séquences EPS dans une démarche de cycle. Une progressivité en lien avec les attendus, un tableau de progression et divers dossiers : course d'orientation, jeux collectifs, organisation de rencontres en lien avec l'Usep...

CIRC-IEN-SELESTAT.SITE.
AC-STRASBOURG.FR

“Une ouverture des possibles”

POURQUOI L'ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE (EPS) EST-ELLE FONDAMENTALE À LA MATERNELLE ?

INGRID VERSCHEURE : Le corps étant en perpétuelle sollicitation, il est important dès le plus jeune âge de savoir l'utiliser à bon escient pour réaliser des actions et cela passe par sa mise en jeu et son contrôle. L'EPS participe de ce contrôle, en étant capable d'agir en connaissance de cause, dans un but précis. Dès la maternelle, la pratique physique permet de découvrir le monde, de bouger, d'agir, de développer l'habileté motrice, la mise en projet, de se situer dans l'espace, d'y prendre des informations ou encore d'être capable de se montrer aux autres. C'est aussi avoir un but à atteindre, ce qui nécessite parfois de travailler ensemble et de prendre des décisions. L'EPS permet d'acquérir des compétences nécessaires mais différentes de celles construites dans les autres disciplines scolaires et c'est en ce sens qu'elle est fondamentale.

QUE PRODUISENT LES ACTIVITÉS PHYSIQUES QUOTIDIENNES (APQ) PRÉCONISÉES PAR LE MINISTÈRE DE L'EN ?

I.V. : Comme s'il suffisait de transpirer ou de sauter sur place pour faire de l'EPS ! Les APQ ont été présentées comme une solution pour répondre à la sédentarité observée chez les enfants, notamment depuis le Covid. Cela révèle une vision très hygiéniste de la pratique sportive et montre la méconnaissance ou la négation du ministère de ce qu'apporte une réelle EPS aux élèves. En outre, faute de formation suffisante, la pratique de l'EPS dans les classes s'avère très diverse et glisse parfois vers des activités du type APQ passant à côté du projet d'enseignement. C'est pourquoi les PE doivent être formés en

termes de contenus d'enseignement : savoir ce qu'il faut apprendre aux élèves, pourquoi et comment le faire.

QU'APPORTENT LES PRATIQUES DE RÉFÉRENCES ?

I.V. : L'EPS n'est pas du sport en tant que tel mais met en place des activités physiques adaptées à l'école pour que les élèves puissent vivre aussi des pratiques en lien avec la société. Faire de l'EPS en se référant à différentes pratiques sportives permet de donner du sens aux activités et d'acquérir des compétences différentes car on ne travaille pas les mêmes choses lorsque l'on pratique de la danse, un sport collectif ou un sport d'opposition par exemple. Des pratiques qui ensuite, peut-être, donneront l'envie de poursuivre l'activité en club sportif. Dans le cadre des recherches collaboratives que nous avons menées en CP, des élèves qui avaient pratiqué le volley à l'école, lorsqu'on les a emmenés voir des entraînements professionnels de haut niveau, ont été capables de reconnaître les compétences qu'ils avaient eux aussi travaillées et de s'identifier aux professionnels.

EN QUOI LA PRATIQUE DE L'EPS CONCOURT-ELLE À RÉDUIRE LES INÉGALITÉS ?

I.V. : Des enfants, pour différentes raisons, ne pratiquent pas d'activités physiques et sportives ou pratiquent des



BIO
Ingrid Verscheure, professeure des universités en sciences de l'éducation et de la formation à l'université de Toulouse Jean-Jaurès.

activités souvent choisies par les parents parce que proches du domicile ou peu onéreuses. C'est le cas notamment des élèves issus des milieux populaires. Or, le rôle de l'école est de créer les conditions pour qu'il y ait une ouverture des possibles afin de permettre à tous les élèves d'accéder à un certain nombre de compétences. Ce faisant

l'EPS participe à la lutte contre les inégalités sociales. De nombreux travaux montrent aussi que beaucoup de filles arrivent à l'école sans jamais avoir tapé, lancé ou rattrapé un ballon. Or, cette activité est importante et a du sens pour construire la motricité fine, la prise d'information, la gestuelle, les habiletés. Faire en sorte que tous les élèves se confrontent à cette activité dès le plus jeune âge permet l'acquisition de ces compétences mais c'est aussi lutter contre les inégalités de genre. Sans l'école, un certain nombre de stéréotypes se reproduisent. Les filles, hors temps scolaire, font alors au mieux des activités de reproduction de forme comme la danse, voire ne font pas d'activités sportives parce que dans l'imaginaire collectif elles sont calmes alors qu'à l'inverse, les garçons ont besoin de se dépenser... De même, les garçons doivent aussi avoir accès à des pratiques comme la danse qui leur apprennent à se montrer devant les autres. L'école a donc un rôle essentiel à jouer.

“Faire de l'EPS en se référant à différentes pratiques sportives permet de donner du sens aux activités et d'acquérir des compétences différentes.”