

Après avoir constaté, dans le cadre de nos inspections, la difficulté des enseignants à appréhender l'opérationnalisation de l'enseignement de la récente **compétence culturelle n°5** (CC5) des programmes des lycées : "*développer et orienter les effets de l'activité physique en vue de l'entretien de soi*", nous avons constitué dès la rentrée 2007 un groupe de réflexion académique sur ce thème. Ce groupe avait comme objectif de produire et de mutualiser des outils académiques sur le sujet. Les activités d'entretien de soi en sont le support mais aussi la natation, la course en durée etc.

Les travaux produits pour enseigner le "*savoir s'entraîner*" constitueront ainsi une ressource en ligne. Les membres de ce groupe seront susceptibles de devenir formateurs sur le thème. Compte tenu de l'état sanitaire des jeunes de l'académie de Rouen, la compétence n°5 a toute sa place dans une programmation d'établissement. D'autant plus que l'objectif de l'éducation physique et sportive est de former des citoyens **lucides responsables et autonomes**, acteurs de la préservation et de l'entretien de leur santé. Présente depuis toujours dans les textes officiels relatifs à l'EPS, **la finalité santé** s'illustre aujourd'hui plus particulièrement à travers le troisième objectif de notre discipline "*l'acquisition des compétences et connaissances nécessaires à l'entretien de la vie physique et au développement de sa santé tout au long de la vie*". Néanmoins, c'est depuis l'introduction dans les programmes du lycée de la cinquième compétence culturelle : "*orienter et développer les effets de l'activité physique en vue de l'entretien de soi*", que des propositions didactiques et pédagogiques nouvelles ont vu le jour.

La démarche d'enseignement consiste à faire apprendre aux élèves à gérer leurs ressources et à leur faire acquérir le goût des pratiques. L'Education à la santé au travers de l'EPS valorise **l'élève comme objet d'apprentissage quand il apprend sur lui même**. Ceci exige de construire un système de repères personnels bâti au regard de la connaissance des résultats (sur les effets obtenus) mais aussi de la connaissance de l'exécution (traduite en "*comment ai-je agi pour obtenir ce résultat*" : les "*causes*") **L'élève apprend à gérer les causes pour acquérir le pouvoir d'influer seul sur les effets**. Mais pour qu'il consente à affiner ainsi sa "*lecture de soi*", son autodétermination au regard de plusieurs mobiles possibles, constitue un passage obligé.

Il choisit par exemple en course en durée l'un des trois projets d'entraînement suivants :

- accompagner un objectif sportif en rapport avec des échéances,
- développer un état de santé de façon continue,
- rechercher les moyens d'une aide à la perte de poids.

Le savoir s'entraîner exige une dévolution progressive des rôles d'analyseur des résultats, de concepteur de séquence d'entraînement de l'enseignant vers ses élèves. Ceci implique une démarche particulière :

- Sur le plan pédagogique - *Rendre l'élève plus actif en* :
 - Lui donnant la possibilité de décider en choisissant des projets à l'intérieur de possibles ;
 - Lui permettant d'ajuster la difficulté en fonction de ressentis rendus conscients ;
 - Lui ouvrant la possibilité de planifier des séquences d'entraînement.
- Sur le plan didactique - *Proposer des répertoires à l'origine des choix autonomes* :
 - Des connaissances sur les plans anatomiques, physiologiques et biomécaniques ;
 - Des tableaux de projets d'entraînement différents ;
 - Des tableaux de causes à effets supports des réajustements ;
 - Un panel de séquences d'entraînement possibles classées selon le type de projet.

Par conséquent, à l'inverse d'une santé imposée faite exclusivement d'interdits, l'idée défendue est de permettre aux élèves de construire de véritables savoirs résultants d'une activité consentie et les engageant totalement, soit des acteurs autodéterminés qui soient capables d'ajustements, d'adaptations avec une conscience de l'intérêt d'une bonne santé.

Pour chaque APSA (activité physique, sportive et artistique) support à la CC5, une série d'articles mis en ligne comprennent les éléments suivants :

Fichier 1) Tableau : "présentation d'une activité" ;

Fichier 2) "Les mobiles d'agir" et éventuellement la grille d'évaluation correspondante (*uniquement si l'APSA ne possède pas de référentiel National*) ;

Fichier 3) Le cycle détaillé ;

Fichier 4) Outil didactique "de causes à effets" spécifique à la CC5 ;

Nous précisons que les travaux présentés ne constituent qu'une étape de réflexion, ceux-ci sont encore susceptibles d'évoluer dans le temps, au fil des enseignements.

Pour l'Inspection Pédagogique Régionale Pascal KOGUT IA-IPR EPS.

L'Inspection Pédagogique Régionale remercie les membres du groupe de réflexion pour leur engagement.

Catherine AUGAS	STEP
Céline LESAGE	STEP et NATATION
Pascale ABSIRE	COURSE EN DUREE
Katell GAILLARDOU-JAOUEN	STEP AEROBIC
Mathilde LOUIS	AEROBIC
Karine KIENTZ	STEP
Fabio POZZO	MUSCULATION
Grégory LEVAVASSEUR	MUSCULATION
Marielle RAMONDENC	NATATION
Jacky CASTEL	NATATION