



InfoLP spécial Rabelais

Ecrit par les enseignants du LP Rabelais

Janvier 2013

Edito de Nicolas AFRIAT

Sommaire :

Edito	1
Préambule	3
PREMIERE PARTIE	
Le mot du proviseur et président de l'AS	4
Du sous sol au paradis	5
L'EPS et le lycée Rabelais	6
Problématique dans le choix des APS au CFA	11
Les secrets de la réussite de l'AS	13
Le regard d'un débutant	17
DEUXIEME PARTIE :	
REGARDS PLUS CIBLES PAR LES ENSEIGNANTS D'EPS	
Un cycle voir un cursus de formation dans l'activité Haies	22
La sortie de ski de l'AS	30
La permanence de l'AS	32
TROISIEME PARTIE :	
REGARDS CROISES	
Le projet handisport	34
La permanence de l'AS	36
Pratiquer à l'AS	37
La danse à l'AS Rabelais	38
Des volants et des profs	39
Un peu de tenue	40

Invitation au LP Gastronomique F.Rabelais

La parution de ce nouvel infolp spécial Rabelais, est une invitation.

Une invitation à découvrir une équipe EPS éclectique où les plus anciens sont les plus jeunes dans l'établissement, et les plus jeunes présents depuis déjà quelques années.

C'est aussi, une invitation pour partager une histoire humaine et professionnelle sans laquelle l'établissement ne serait sans doute pas ce qu'il est : à savoir un établissement à la réputation reconnue pour la qualité de son public, pour la qualité de ses installations, de son AS et bien sûr pour l'investissement de ses enseignants au quotidien.

Enfin c'est une invitation également, à découvrir une organisation pédagogique singulière répondant aux exigences d'un public lui-même singulier celui « des métiers de la bouche ».

Alors bienvenue dans cet établissement où les collègues, nous proposerons dans le menu « regards croisés » :

Mise en bouche

Un préambule où D. Bonnet nous expliquera l'intérêt de saisir la plume pour mettre en lumière le fonctionnement d'un cours, d'un projet, d'une équipe.

Hors d'oeuvre

Une présentation de l'Association Sportive par le chef d'établissement. Cette présentation sera accompagnée d'un article relatant l'histoire de cette équipe EPS par C. Thévenard et d'une composition originale de différents articles des acteurs de cet établissement.

Plat de résistance

Des articles sur le fonctionnement interne de l'équipe, de l'AS également, véritable point fort de l'établissement par C. Baus, mais aussi d'articles professionnels avec la présentation d'un cycle course de haies par E. Stodesszyk, avec en accompagnement le regard d'un débutant.. (si on peut dire), dans l'établissement.

Desserts

Assortiment d'articles composés par les membres de la communauté éducative mais aussi d'élèves que nous vous recommandons particulièrement.

En espérant que ce menu permette d'enrichir les perspectives d'un grand nombre de collègues dans leurs établissements respectifs.

Nicolas AFRIAT

Création : Denis ARONDEAU

Mise en page: Nico TOURNEUR

Pour lire ce document dans de bonnes conditions avec Acrobat Reader, vous devez sélectionner:

Affichage / Affichage de Page / Deux pages / Afficher la page de couverture (option Deux pages)



Préambule

Par Dominique BONNET

Préambule au dossier où incitation pour vous tous à partager par la plume

Certes comme souvent certains articles seront sans doute trop long pour être lu entièrement par le plus grand nombre. Relisant parfois «un corps des cris 1 et 2 » certains articles me sont forts pratiques pour construire mes cours de façon très spécifique où générale. D'autres pas du tout, impossible de rentrer dans la logique qui a présidé à leur conception. De ce fait une question se pose La question de fond nous semble être:

Qu'est ce que cela peut nous apporter de transpirer cette mise à plat de notre quotidien professionnel dans l'InfoLP ? Nous préciserons cette question par une autre : Pour qui écrit t-on ?

Nous répondrons en détournant une réflexion de Françoise SAGAN : On écrit pas pour les autres mais pour quelques uns et sans le savoir parfois en premier lieu pour soi.

Partant de cette réflexion nous nous sommes aperçus que ce travail nous semble permettre une prise de recul personnelle sur nos enseignements où de faire le point sur un projet particulier soit écrire pour soi.

Il autorise aussi un échange plus précis dans notre équipe sur ce qui nous anime dans ce métier soit écrire pour quelques uns. De plus les regards croisés des collègues d'autres disciplines, des adjoints d'enseignements et de nos élèves nous semble permettre de dépasser et d'adapter notre vision de la réalité construite par nos filtres personnel et collectif. Nous vous renvoyons à leur articles...courts...et forts intéressants de notre point de vue.

Écrire c'est faire un effort de réflexion et de mise en ordre et sans doute, nous l'espérons, permettre plus de pertinence dans nos enseignements.

Comme l'exprimait fort bien PARLEBAS même si il ne parlait pas de cette strate de théorie: «il n'y a rien de plus pratique qu'une bonne théorie»

Cet exercice écrit nous renvoie donc à la théorisation de notre pratique, option chère à notre passé académique de recherche action. Théorisation suivie d'une mise en pratique concrète de cette dernière dans le secret de nos gymnases.

Un premier apport semble donc se dégager pour chacun de nous et pour notre équipe EPS.

De la même façon le collègue qui prend en charge un temps de formation dans un stage FPC, nous paraît d'expérience, être celui qui se forme de façon conséquente.

Nous espérons tout de même que ce travail voire propositions pourront apporter au delà de notre établissement, nos restaurants pédagogiques, laboratoires, salles de cours et gymnases Rabelaisiens soit écrire pour une partie du plus grand nombre.

De façon à structurer vos choix d'articles nous avons organisé ce dossier en trois parties:

Des aspects généraux de l'organisation de l'EPS par l'équipe EPS

Des Aspects plus particuliers de l'EPS par l'équipe EPS

Regards croisés soit le point de vue de nos collègues d'autres discipline et de nos élèves.

Pour l'équipe EPS de RABELAIS
Bonne lecture

Le mot du Proviseur

Par D. GORRINDO

Pour un chef d'établissement, mais aussi pour le corps enseignant, pour tous les personnels, il est essentiel qu'un climat de vie serein, positif, propice à de bonnes relations puisse exister dans nos établissements.

Proviseur de lycée professionnel et technologique depuis quelques années déjà, je demeure persuadé que nos jeunes seront d'autant plus efficaces dans leur parcours de formation s'ils se sentent bien, à l'aise dans leur établissement.

Ce climat peut trouver des possibilités de s'installer, de s'exprimer, de se développer si nos associations au sein de nos lycées vivent bien et prennent totalement leur place.

L'AS, pour moi, président ,a un rôle essentiel pour développer des valeurs humaines et sociales fortes au sein de notre communauté.

Si la pratique d'un sport met en place des qualités d'entraide, de solidarité, de respect, de persévérance, d'abnégation, de collaboration, l'AS apporte en plus un dynamisme partagé, une construction de projet, un travail d'équipe qui font se rencontrer jeunes et adultes côte à côte pour construire et bien vivre ensemble. Ainsi l'AS, ce sont à la fois des rencontres, une communication, des échanges qui se mettent en place et qui sont autant de moments de compréhension, de régulation, d'acceptation de l'opinion et de la position de l'autre.

L'AS c'est aussi cet espace où à l'aide du sport, avec le sport, l'élève se construit comme futur citoyen, informé, responsable, impliqué qui saura prendre toute sa place dans la vie de la cité, dans notre société.

Alors longue vie à nos AS pleines de dynamisme et de projets partagés.

D. GORRINDO Proviseur du lycée RABELAIS

Du sous sol au paradis

Par Corinne THEVENARD

Le lycée Rabelais a vu le jour en 1975.

Comme la plupart des établissements scolaires rien n'était prévu pour les activités physiques hormis un plateau extérieur. Pas d'installations couvertes compte tenu qu'il existait déjà un gymnase à Dardilly. Mais seulement quatre heures hebdomadaires étaient attribuées au Lycée.

Les professeurs de l'époque, Jean Garnier, Corinne et Roland Guillaud ont mis toute leur énergie et leur imagination à l'amélioration de leurs conditions de travail.

Ils ont transformé un sous sol de l'établissement en salle eps. La salle était assez vaste, environ 400m², mais il fallait composer avec les piliers de soutènement, la faible hauteur, les émanations et diverses fuites arrivant du labo de charcuterie situé au dessus.

Ils ont réussi néanmoins à faire pratiquer dans cette salle, la gymnastique, à condition de mesurer moins d'1m70 pour tenter un saut de lune sous peine de se prendre les pieds dans le plafond. Idem pour les barres asymétriques qu'il fallait caser entre la tuyauterie.

Les sports de combat se pratiquaient aisément, il suffisait d'éviter les poteaux. Quant à l'escalade (mur bricolé entièrement par Roland et Jean), aucun problème de vertige on ne pouvait faire que des traversées à 1m50 du sol.

La danse initiée par Corinne se pratiquait aisément dans cette salle décorée par un miroir et des fresques peintes par les élèves.

Par la volonté, l'opiniâtreté des différents acteurs de l'époque (professeurs, proviseur, représentants de la mairie et de la région) un gymnase digne de ce nom a enfin vu le jour en 1989 ! Malheureusement Rolland n'a jamais pu y travailler. Il s'est tué dans un accident de montagne en 84, mais son souvenir reste à jamais car la mairie lui a rendu Hommage en donnant son nom au gymnase « Rolland Guillaud »

Depuis les installations sportives dont nous bénéficions au Lycée Rabelais n'ont cessé de s'améliorer. Nous avons la possibilité d'utiliser 3 gymnases types c, une salle de musculation tennis de table intra muros, 2 salles de danse, 1 dojo, 2 murs d'escalade, 1 piste d'athlétisme, 1 terrain de foot synthétique, 1 plateau extérieur, 3 terrains de tennis ...

Les contraintes institutionnelles bien sur, mais surtout les conditions de pratique ont transformé l'enseignement de l'EPS à Rabelais. Peu d'établissements scolaires peuvent se prévaloir de conditions de travail aussi optimales

Rabelais ce n'est peut être pas le Paradis du prof d'EPS mais ça y ressemble

InfoLP spécial Rabelais

L'EPS ET LE LYCÉE FRANCOIS RABELAIS

Par Eric STODEZYK

Si l'EPS est inscrite institutionnellement dans LES cursus de Formation proposés sur le Lycée Polyvalent F.Rabelais, une place tout à fait particulière semble lui être donnée. Celle-ci dépasse certainement la spécificité de nos contenus disciplinaires tout autant que notre statut et notre particularisme autour du Sport Scolaire et nos 3 heures forfaitaires.

Les Formations

Elles se partagent en 2 grands « chapitres » :

- La Restauration renvoie aux formations en Cuisine, en Service, en Hôtellerie

- L'Alimentation débouche sur des emplois en Boulangerie, en Pâtisserie, en Traiteur, en Boucherie.

Les niveaux de formation

1) en Section Enseignement Professionnelle

- En CAP, 3 cursus sont ouverts, une en Restauration et deux en Alimentation. Si le recrutement est quasi complet dans cette dernière filière, un certain déséquilibre existe et s'accroît en terme de « postulants » depuis ces deux dernières années entre les cuisiniers et les serveurs dans la filière Restauration.

C'est sur ce niveau de scolarité certainement comme dans les autres SEP ou LP que nous connaissons le taux d'abandon le plus important.

- En BAC PRO, 5 cursus sont ouverts, trois en Restauration et deux en Alimentation. Ayant été la dernière filière entrée dans la Réforme des BAC PRO 3 ANS, c'est la première année que nous irons au bout du cursus en Restauration et que nos élèves se confronteront à l'examen.

2) au Lycée technologique

C'est un cursus « traditionnel » avec 2 classes de Seconde pour 3 classes en première et en terminale, du fait des passerelles possibles en 1ère.

Plusieurs formations post-bac - BTS - existent sur le lycée ... mais sans enseignement en EPS.

Les atouts

Les effectifs :

Les conditions « humaines » de recrutement et de viabilité dans les ateliers nous donnent à enseigner à des groupes de 24 élèves au maximum, sauf cas exceptionnels. Ceci nous permet un type de relation quasi privilégiée avec nos élèves, une réelle connaissance sous toutes leurs facettes de nos apprenants.

L'histoire scolaire des élèves:

Les formations proposées sur notre lycée sont très attractives. J'en donnerai pour preuve les plus de 2000 familles qui viennent en mars de chaque année à la Journée Portes Ouvertes. Ainsi avec l'affectation APPELNET, basée en premier lieu sur les résultats au collège, ce sont des jeunes avec une certaine réussite scolaire que nous voyons arriver sur notre établissement. Un bémol reste sur le niveau CAP où nous avons beaucoup de profil ex SEGPA, ex 3DP6...et l'enjeu devient pour ces jeunes encore plus crucial quant à l'obtention de leur diplôme.

La tâche est dès lors assez complexe (rappel du taux de « décrochage » dans ces filières).

Les Installations Sportives :

Seul véritable établissement scolaire du 2d degré sur la commune (le lycée Horticole voisin possède un certain nombre d'installations sportives intra-muros tandis que le CFA du Bâtiment fonctionne ailleurs que sur ces Installations municipales), nous les partageons avec les différents groupes scolaires du 1^{er} degré, au nombre de 4.

La Liste (par degré d'éloignement) :

un parc boisé, très vallonné d'accès libre

une piste d'athlétisme de 370m en revêtement goudron doux avec un sautoir longueur + 2 pistes d'élan et une aire « décalée » de lancer de poids.

un COSEC avec 2 gymnases type C - un dojo - deux salles de danse avec parquet et une SAE de 10m de haut et 37 points d'ancrage

un gymnase type C mitoyen du lycée

une SAE adossée au nord à ce gymnase

une salle de 300m² avec miroir avec 8 tables de Tennis de Table + un parc de machines de musculation. + 30 steps..

La mise en place des emplois du temps :

Même si les ateliers restent, du fait du nombre de Travaux Pratiques hebdomadaires à mettre en place, prioritaires, nous pouvons faire nos propositions avant les matières d'enseignement général. Tâche malgré tout complexe au vu du nombre de TP pour chaque section, parfois regroupées avec des emplois du temps pas toujours alignés.

La « polyvalence » des profs EPS :

Nous savons qu'elle est de fait quand on travaille sur 3 niveaux de scolarité différents. Nous aurions pu prendre une option minimaliste ; ce ne fut pas le cas et TOUS les Profs EPS ont des classes sur ces 3 niveaux.

De plus, la génération des enseignants EPS que nous sommes peut s'appuyer sur une Formation Initiale extrêmement diversifiée en termes d'APSA suivies et vécues que ce soit à l'UEREPS, au CREPS et enfin à l'UFRSTAPS. Les choses ont tendance à se perdre malheureusement à ce niveau. Un vrai choix est alors possible pour nos élèves.

Nos options

Nous restons animés d'un travail collectif au sein de notre équipe EPS qui nous fait tous intervenir sur tous les niveaux de scolarité. Tous n'enseignant pas toutes les APSA, tous ne désirant pas enseigner toutes les APSA proposées mais tous s'intégrant dans tous les cursus proposés.

Il nous semble que cette orientation amène aussi autre chose à nos élèves dans la mesure où ils ne suivent jamais un cursus entier de 3 ans avec le même enseignant.

Nous gardons par contre nos classes de CAP d'une année sur l'autre puisque nous nous sommes donné les moyens avec 2 créneaux de 1H30 hebdomadaires en 2de CAP (rappel des Installations Sportives souvent assez proches le permettant) de prendre en charge au mieux nos élèves rentrants, de bien les cerner en terme de personnalité, de rapport aux savoirs, de reconstruction d'une certaine réussite scolaire bien que le passage dans des structures adaptées comme la SEGPA leur a permis souvent de garder une certaine « bienveillance » face à leurs scolarité ... mais les règles (comme les effectifs par exemple) étaient au mieux aménagées.

Une certaine « spécialisation » en CAP quant aux filières s'est faite ainsi depuis les années

InfoLP spécial Rabelais

Ce qui renforcent avec nos collègues tant en Enseignement général que Professionnel des habitudes de suivis de nos élèves et qui donne encore plus à nos élèves de repères leur permettant d'entrevoir une autre réussite scolaire. Elle n'est pas totale au vu des élèves qui décrochent et partent vers d'autres voies comme l'apprentissage. Ils restent alors en partie dans nos murs au CFA.

Sur les Bac Pro - filière Alimentation, un certain déséquilibre en terme de recrutement existant entre la « Farine » et la « Viande », nous avons aligné ces sections en Première comme en Terminales donnant plus de confort d'apprentissage à nos élèves avec des effectifs viables et modulables dans les activités collectives, des possibilités de choix et d'individualisation des enseignements en Athlétisme par exemple (choix des APSA), une vraie sécurité sur des Activités de Pleine Nature avec 2 PEPS pour un groupe de 35 élèves environ...

Pour ces classes de Bac Pro à 3 heures, nous avons pu jusqu'à présent fonctionner en cours quinzaine avec une programmation « massée » des APSA : les élèves sont reconduits sur la même APSA sur les semaines à 2 X 2 heures. Il est mis en place un découpage de l'année sur 4 périodes permettant ainsi des cycles de pratique de 10 / 11 séances sur 6 semaines environ.

Enfin, pour pallier aux injonctions et organisations quant aux Unités de Certification (quel gros mot !!) qui pourraient nous mettre en difficulté dans nos enseignements si un choix comme suggéré devait être proposé aux élèves quant aux APSA qui seraient à valider pour leur(s) diplôme(s) , nous sommes sur des propositions de contenus qui sont validés sur des épreuves non référencés nationalement. Exemple en 2de CAP où nous faisons du 80m Haies. L'épreuve 200m Haies certificative du CAP n'est programmée qu'en classe de Terminale

Pour clore cette partie, nous sommes tous tombés en accord sur le fait que de plus en plus nos élèves n'avaient plus la culture de l'effort. Ils voulaient bien s'engager dans une pratique dite sportive mais seulement si cela ne leur faisait pas trop mal. C'est une réflexion que beaucoup d'enseignants EPS se posent quand leurs élèves ne considèrent pas que la - les répétitions peuvent permettre la réussite. Ils répondent à une consigne de travail par UN essai, deux au mieux.

Ainsi nous avons arrêté sur tous les protocoles certificatifs, quels que soient les niveaux des épreuves (au moins sur la CP1) avec une dépense physique nécessaire pour ne pas dire exigeante. C'est une partie de la légitimité des courses de haies longues.

J'espère avoir donné un aperçu le plus explicite de ce que peut être notre métier de Professeurs EPS au Lycée Hôtelier Rabelais.

Je suis complètement persuadé de la situation quasi exceptionnelle que nous pouvons avoir tous les 4 dans notre quotidien. J'ai le souvenir de ce que je pouvais dire aux stagiaires PLC2 dont j'ai eu la charge plusieurs années : « *les conditions d'entrée dans le métier qui vous sont proposées sont quasiment inappropriées pour vous faire une idée de votre futur métier ...* » et ils en avaient la preuve dès les 1ères séances où leurs élèves arrivaient en cours d'EPS avec un grand bonjour, en repartaient avec un grand au revoir - bonne journée m'sieur et parfois même un merci m'sieur sans parler de certains qui peuvent nous solliciter pour avoir le temps d'une douche avant d'aller en TP par exemple.

InfoLP spécial Rabelais

ANNÉE 2012 /2013 - LA PROGRAMMATION PAR CLASSES

LYCEE	Niveau de Classe	Classe	Heures / sem.	COMPÉTENCES CULTURELLES / APSA				
				CP1	CP2	CP3	CP4	CP5
TECHNO-LOGIQUE	2de	2H	2	Relais N3	Escalade N3			Musculation N3
	1ère	1H	2			Danse N3	VB N3	Musculation N4
	Terminale	TH	2	(3X500m) N4	(Escalade) N4	(Danse) N4	(VB) N4	
SEP	2DE CAP	2BT	3	80 Haies UF3	Escalade UC3	Acrosport UF3	Tennis Table Ultimate	Musculation UF3
		2P	3	80 Haies UF3	Escalade UC3	Acrosport UF3	Tennis Table Ultimate	Musculation UF3
		2SC	3	80 Haies UF3	Escalade UC3	Acrosport UF3	Tennis Table Ultimate	Musculation UF3
	TERM CAP	TBT	2	200 Haies UC3		Acrosport UF4	Badminton UC3 Foot Ball UF3	
			2	200 Haies UC3		Acrosport UF4	Badminton UC3 Foot Ball UF3	
		TSC	2	200 Haies UC3		Acrosport UF4	Badminton UC3 Foot Ball UF3	

InfoLP spécial Rabelais

ANNÉE 2012 / 2013 - LA PROGRAMMATION PAR CLASSES

LYCEE	Niveau de Classe	Classe	Heures / sem.	COMPÉTENCES CULTURELLES / APSA				
				CP1	CP2	CP3	CP4	CP5
SEP	BAC PRO ALIM. 3	2d MAF	2	Boules UF3			Badminton (Tennis Table) UC3	C. Longue UF3
		2D MAV	2	Boules UF3			Badminton (Tennis Table) UC3	C. Longue UF3
		1 ^{er} MAF	3	200 Haies UC3	Escalade UC3	Acrosport Steps UF3	BB / CP4 UF3	
		1 ^{er} MAV	3	200 Haies UC3	Escalade UC3	Acrosport Steps UF3	BB / CP4 UF3	
		T MAF	3	250 Haies UC4	Escalade UC4 C.O UF3		Basket Ball UC4	
		T MAV	3	200 Haies UC4	Escalade UC4 C.O UF3		Basket Ball UC4	
	BAC PRO RESTAU 3	2MHR	2	Boules UF3			Tennis Table (Badminton) UC3	C. Longue UF3
		1MHR	3	3X500m Pentabond UC3	Escalade UC3	Acrosport/ Steps/Dans UF3	BB / Ulti- mate UF3	
		TMHR	3	250 Haies UC4	Escalade UC4		Basket Ball UC4	Muscula- tion UF3 - UF4

Les problématiques dans le choix des APSA au CFA

Par Serge MOURIER

60 heures d'EPS sont prévues pour les deux ans de formation de CAP, 12 semaines de 2H en première année et 12 de 3H en deuxième. Mais il n'est pas rare que certaines séances soient amputées d'une partie de leur contenu, comme les séances de rentrée ou celles réalisées lors de problèmes de transport (Embouteillages dans le tunnel, grèves et neige parfois) Lors de ses soucis les effectifs par cours sont très réduits car les apprentis sont très majoritairement externes. D'autres sont modifiées pour des raisons climatiques ou de pollution, voire encore par arrêtés municipaux (piste d'athlétisme gelée, terrain de foot enneigé...). Certaines sont purement et simplement annulées parfois lors de convocation d'examen, comme en TP par exemple.

Ces problèmes sont d'importance car le nombre d'heures de formation est réduit par rapport à la formation initiale alors que les exigences aux épreuves d'examens en EPS sont les mêmes.

Cela nous contraint à proposer un choix d'APSA à vécu antérieur pour nos apprentis.

Un choix qui autorise la réussite avec peu d'heure de formation.

On peut également relever :

Quand on enlève le temps de déplacement sur certaines installations excentrées comme en CO; mais surtout, le temps consacré constamment, à cause de l'alternance, au rappel systématique des apprentissages des situations précédentes. Comme par exemple en Escalade ou en Acrosport des consignes de sécurité, le placement et les postures dans les ateliers de Musculation, les règlements en Sport Co, etc. ...

En effet, sur certaines périodes de l'année il peut y avoir 5 à 6 semaines entre deux cours consécutifs.

De par ces faits, les temps d'enseignement, de formation par séance se réduisent.

L'utilisation et la répartition des installations s'articulent avec celles de la SEP et du Lycée qui fonctionnent par trimestre. Alors, qu'au CFA les trimestres sont trop déséquilibrés. Par exemple le trimestre 1 commence début septembre pour les deuxièmes années et après le 15 octobre pour les premières années (pour laisser finir la période d'essai en entreprise).

Pour toutes ces raisons les APSA sont programmées par semestre de façon à tenter d'avoir une certaine continuité dans les cycles.

Pour limiter les heures d'occupation des installations, les emplois du temps sont quasiment identiques pour les trois semaines de rotation, mais les apprentis sont différents. En semaine 1, il y a des apprentis de deuxième année, en semaine 2 des premières et des deuxièmes années et en semaine 3 uniquement des premières années. Donc des APSA différentes pour pouvoir placer 1 CCF en première année, et 2 en deuxième.

InfoLP spécial Rabelais

La population concernée a également une incidence sur ces choix :

- Le nombre important d'apprentis en CAP, plus de 750, demande beaucoup d'installations, soit 27 à 34 heures d'occupation suivant les semaines, d'où l'orientation vers des activités d'extérieur même si les contraintes obligent de pratiquer en hiver.

- La population est à plus de 90 % masculine qui par manque de motivation ou d'intérêt, limite le choix des APSA, surtout pour la CP 3.

Le système de l'alternance ne nous laisse pas le temps de changer les représentations trop fortement ancrées chez une partie importante de nos apprentis. De ce fait nous ne pouvons proposer certaines CP qui nous conduisent, d'expérience, à l'échec.

- Les apprentis sont de plus en plus en grosses difficultés scolaires, justifiant le choix de l'apprentissage. Ce qui pose des problèmes pour les APSA demandant un investissement cognitif plus important comme par exemple la musculation pour les préparations de séances.

- Et enfin, l'absentéisme récurrent dans l'apprentissage, nuit énormément aux activités à production collective à faible effectif, comme l'acrosport ou la danse par exemple. La CP4 ne pose pas les mêmes soucis si l'on prend garde à organiser les équipes avec suffisamment de remplaçant et de transfert.

C'est pour cela qu'actuellement les CP/APSA privilégiées sont CP2 escalade en première année, et des activités athlétiques CP1 Pentabond, course de demi-fond ou poids et une CP4 basket en deuxième année.

Pour conclure, par le système de l'alternance nous avons la charge de nos élèves apprentis une semaine toute les trois semaines, parfois moins. Toutes les fortes contraintes exposées, ainsi que le profil de nos apprentis ont orientés de façon très importante, nos réflexions et au final influés sur le choix de notre programmation. Notre but est de garder, autant que possible, une part de formation s'appuyant nécessairement sur le vécu antérieur de nos apprenants tout en le dépassant.

Serge MOURIER est notre collègue d'EPS du CFA public de RABELAIS avec qui nous partageons les installations et le matériel. Depuis cette année et l'évolution du système de licence, quelques apprentis viennent pratiquer sur nos créneaux d'AS et quelques élèves pratiquent sur les créneaux du CFA.

Les secrets de la réussite de l'AS RABELAIS

Par Christian BAUS

A l'heure où j'écris ces lignes nous avons 150 licenciés à l'AS pour une population scolaire de 650 élèves à la SEP et au lycée technologique !!! Certes c'est un record pour cette année, mais cela fait depuis de nombreuses années que notre nombre de licenciés se situe aux alentours de 100... Là où de nombreuses AS de lycées en France sont en difficultés, de notre côté, l'AS du Lycée RABELAIS est presque une institution pour nos élèves et nos collègues. Pourquoi une telle réussite ? Je vais tenter de vous expliquer...

Un contexte très favorable.

- *L'internat* : 350 élèves internes, dans une commune excentrée, où les possibilités des clubs alentours sont forcément réduites plus chères et compliquées pour les horaires et transports. Voilà en une phrase le principal secret de la réussite de notre AS. Sur les 150 licenciés dont je vous parle 110 sont internes ! Des créneaux d'entraînements les soirs de 17h30 jusqu'à parfois 19h00 leurs sont réservés, en fin de journée ils attendent ce moment de détente avec impatience...



- *Les cours le mercredi après midi* : nos élèves ayant cours le mercredi après midi (internat et enseignement professionnel oblige), depuis déjà très longtemps l'équipe EPS a « négocié » en CA, le droit pour chaque élève licencié d'être « en absence excusée » pour cause de rencontres UNSS.

Quoi de plus agréable pour certains de nos élèves d'avoir à défendre les couleurs du lycée pendant que les camarades sont en classe et prennent le cours pour vous ! Quoi de plus agréable pour un élève qui se retrouve ensuite en photo sur les écrans TV du lycée, de dire à son prof « Voyez M'Dame j'étais absent, mais on a gagné ! ».

Sur la centaine d'élèves licenciés, on en compte en moyenne chaque année 60 à 70 qui « sortent » le mercredi pour disputer les rencontres UNSS. Je fais partie dans notre profession, des collègues qui pensent que « malheureusement » c'est un avantage pour l'AS d'un lycée, d'enseigner dans un établissement où il y a cours le mercredi après midi ! Dans le cas contraire, les lycéens rentrent chez eux pour aller pratiquer au club, pour avoir un temps libre ou pour étudier.

- Une équipe dynamique.

3 postes + 1 ou 2 profs stagiaires pendant plusieurs années et depuis 2 ans 4 postes, notre équipe EPS a toujours veillé à ce que le nombre de forfaits AS soit au minimum de 4 chaque année. Chaque prof EPS anime 2 créneaux d'entraînement de 1h à 1h30, en général un créneau à la pause méridienne et un autre le soir. De plus certaines années, nous avons des intervenants qui proposent des activités supplémentaires. Cette année par exemple, c'est le cas en fustal, danse hip-hop et tennis. C'est donc en 2012-2013 une possibilité de 13 créneaux

InfoLP spécial Rabelais

Notre équipe présente un très fort attachement à la rencontre UNSS du mercredi après midi. Le calendrier du district LP étant très dense, c'est une moyenne d'environ 10 mercredis sortis pour chaque professeur, soit 40 mercredis possible pour les élèves ! Notre équipe EPS compte parmi elle 2 professeurs coordonnateurs du district UNSS LP (Eric Stodézyk en futsal et moi même en Badminton). Nous faisons donc partie de la « célèbre » équipe des coordos UNSS LP du Rhône enviée dans toute la France selon les dires de notre maître à tous Hervé Bizzotto ex-élu national unss. Présents évidemment aux 3 Assemblées Générales annuelles, et plus encore pour Eric Stodézyk qui siège dans les différentes instances de l'UNSS auprès de rectorat.



Coté résultats, au grand dam de nos collègues des autres Lycées Professionnels, c'est parfois la razzia ! Nous gagnons très souvent les titres de champions de district LP. Là aussi, je suis convaincu qu'il y a un secret ! Une bonne majorité de nos élèves licenciés sont issus du Lycée Technologique. Affilié au district des LP, nous amenons en compétition parfois des équipes largement composées d'élèves du LT. Socialement plus favorisés que les autres élèves des LP, nos jeunes ont parfois plus de vécu dans certaines activités sportives, d'où l'excellence de nos résultats sur le plan du district, notamment concernant le challenge plein-air.



Ensuite lorsqu'il s'agit de rencontrer les lycées généraux, nous faisons très régulièrement très bonne figure, il nous arrive quasiment chaque année de ramener au moins un titre de champions du Rhône tous lycées dans nos activités phares (badminton, basket-ball, foot à 7 ou futsal, volley-ball)





Nous enregistrons quelques participations à des championnats académiques notamment en sport collectifs et nous avons eu l'occasion de participer à des championnats inter-académiques à Cahors et Vichy et à des championnats de France à Perpignan dans une activité « confidentielle », le tennis avec en prime la validation de 2 Jeunes Officiels de niveau National !



Depuis mon arrivée au Lycée Rabelais, en 2001, sans oublier mes prédécesseurs, je profite de cet article pour remercier tous les personnels qui ont contribué par leur passage sur nos installations sportives, à la réussite de l'AS du Lycée Rabelais. Dans l'ordre chronologique et en tentant de n'oublier personne :

Eric DE BOEVER TZR, Loïc SZERDALEHI, Rémi PERSOL, Sébastien GOBET, Stéphane DECHAUX, Anthony DURRIS professeurs stagiaires, Michaël CHERRY et Sarah ROCHEREAU TZR.

Merci aussi à ceux qui ont encadré et pour certains qui le font encore des créneaux d'AS. Sofiène en fustal et Blaise en danse hip-hop surveillants CFA ([voir son article par ailleurs](#)), Nicolas RAYNAL professeur d'anglais en tennis et Christophe BICEP en fustal professeur d'histoire-géographie.

Merci aussi aux différents personnels qui sont venus ou viennent encore pratiquer l'activité sportive avec les élèves ! Ces derniers sont tout heureux de pouvoir se mesurer aux profs ! De plus, la cotisation des collègues aide les finances de l'AS. Ils payent 15€, comme les élèves ! Jacqueline EYRAUD personnel administratif, Cathie BOUCANSAUD CPE, Anne MOINDROT Arts appliqués, Isabelle AUGÉ anglais, Sabine YVERNEAUX français ; Voir leur article sur le badminton : des profs et des volants, Cyrille MARTIN boulangerie CFA, Daniel GONON pâtisserie, Amandine JEUNE anglais CFA, désolé si j'en oublie...

De plus on note un excellent investissement de nos adhérents dans la gestion de leur association. Avec mon aide une permanence est tenue le vendredi à midi. Par exemple, actuellement et sur trois semaines élèves et professeurs d'EPS se relaient le temps de midi pour procéder aux inscriptions de LA sortie de ski de l'AS ; Voir article : « aller au ski pour 5 euros ».

InfoLP spécial Rabelais

De ce fait une centaine d'élèves majoritairement adhérents de l'AS sont passés dans ce lieu d'accueil et d'échange favorisant un climat relationnel constructif. Nous vous renvoyons pour cela à l'article de notre président : « le mot du Proviseur ».

Nous ne développerons pas cependant cet aspect car nous laissons la plume à Melinda, élève de terminale H, investie avec d'autres dans le comité directeur et la permanence de l'AS et vous renvoyons à son article :

Voilà en « quelques » lignes, les secrets de la réussite de l'Association Sportive du Lycée François Rabelais de Dardilly.

Christian BAUS professeur EPS et animateur AS au lycée Rabelais depuis
2001

Le regard d'un débutant

Par Dominique BONNET

Une valse hésitation, un clic à cinq minute de la fermeture des mutations et une nouvelle aventure professionnelle se profile sous nos appuis; Cela sous la forme d'un nouvel établissement après 27 ans d'engagement en ZEP garçons.

Installé depuis un an et demi je vous propose de découvrir ensemble cet univers avec pour point d'appui la comparaison avec mon passé professionnel. Puis de cerner les perspectives professionnelles qui s'offrent à nous en termes de possibles mais aussi de difficultés à dépasser.

Mais dans un premier temps de quelle établissement parle t-on ?

Dans les faits ce n'est pas un lycée, pas un LP, pas un CFA, pas un campus pour BTS et autres Non, le lycée des métiers de la bouche RABELAIS situé au nord de LYON sur le village de DARDILLY est tout cela à la fois.

On pourrait traiter de cet établissement de la taille d'une «petite commune» de « Gargantuesque ». Son «menu» quotidien est composé d'environ :

- 1080 apprentis du CFA public sont présents dans les murs par tiers du fait de l'alternance
- 537 lycéens qui se partagent entre la SEP (CAP et BAC PRO) et quelques sections de lycée technologique Hôtellerie
- 135 BTS
- 100 personnes en Formation continue
- 80 personnels adultes
- 150 professeurs

Une population élèves très diversifiée

Des formations du CAP, BAC PRO, BAC TECHNO au BTS sont proposées en initiales et pour certaines en alternance. De ce fait des apprenti(e)s présents en cours une semaine sur trois, côtoie les élèves des formations initiales scolaires

Une des caractéristiques assez spécifique de cet établissement tiens dans le fait que de par la diversité des formations proposées toutes la palette des milieux socio-culturel est représentée sur ce «mini campus».

Un internat d'environ 350 élèves fonctionnent du lundi 10h au vendredi 17h30. Ce public «captif» a une incidence forte sur la présence en cours mais aussi sur le fonctionnement de notre AS. (voir article de Christian sur les secret de la réussite de notre AS).

Une culture commune au delà d'une grande diversité

L'attractivité des métiers de la bouches est réelle. De nombreux élèves ont choisit de façon volontaire leur formation avec des pourcentages moins important en CAP.

De ce fait une partie conséquente des élèves sont motivés par leur formations professionnelle. Pour preuve une partie des externes ont tous les jours des temps de déplacements longs pour se rendre en cours.

Motivation que nous relevons aussi quand un élèves, pourtant passionné, ne participe pas à une rencontre d'A.S. pour cause d'enseignement professionnel où se prive d'une sortie d'escalade pour réviser son bac blanc.

InfoLP spécial Rabelais

Ces métiers sont vecteurs d'une culture commune et croisée qui dépasse la diversité . Par exemple les serveurs amènent sur table les plats confectionnés par les cuisiniers . Les élèves mangent dans les restaurants pédagogiques et sont servis par leurs pairs.

Nous dirons que les élèves se côtoient peut être plus qu'ils ne se rencontrent car les rythmes et les formations ne favorisent pas ces dernières même si elles existent un peu. L'AS joue un rôle non négligeable dans ces rencontres.

Des atouts certains pour l'exercice de notre métier

Certes cela ne fonctionne pas toujours mais on note majoritairement une évolution positive de nos groupes classes quand à l'attitude et au rapport à leur scolarité durant leurs cursus. Pour l'exercice de notre discipline, le rapport au corps et aux différentes APSA proposées venant un peu modifier ce changement parfois en régression parfois en progression.

Ceci nous semble dû aux facteurs suivants:

- Choix de l'orientation par une majorité, parfois mis à mal par la découverte des réalités du métier
- Les élèves ne peuvent rentrer dans le lycée en survêtement ce qui à notre sens marque bien une frontière bénéfique pour tous entre la rue et le lycée (voir l'article sur la tenue de notre collègue de Français)
- Les formations les contraignent à des prises de responsabilités par exemple en boucherie l'on peut se couper d'un peu à un tendon mais de plus la viande découpée part en clientèle.
- Certains groupes classes sont recomposés lors de la deuxième année du cursus

Ces facteurs sont par ailleurs vecteurs de la construction d'une culture commune.

Une culture commune reliant une diversité forte dans le rapport à l'école et au savoir nous semble nous autoriser au final de tenter de cerner un peu mieux cet EPLE en dérivant de son contexte la formule d'Alain HEBRARD : Le Lycée - LP - CFA François RABELAIS est un établissement scolaire à part entière et entièrement à part.

Pour plus de précisions, il est fort intéressant de consulter les articles de Corinne pour l'historique du lycée, d'Éric pour l'EPS au lycée, de Serge pour l'EPS au CFA et de Christian pour l'AS.

Quelques incidences sur la pratique de l'EPS

Nous sommes quatre «EPS» à sévir sur le lycée et la SEP et un sur le CFA donc 5 au total.

Le passage de 2 collègues dans mes anciens établissements à 5, le passage de 300 élèves garçons à 600 et des classes mixtes changes la donne.

Ces changements associés au fait de muter d'engagé sur mon ancien LP et en formation continue à anonyme sur un nouveau lieu de travail impose de repositionner ses actions professionnelles.

5 sensibilités et personnalités expérimentées et engagées dans le métier ne se réunissent pas comme 2. Avec le nombre on perd certes en souplesse mais gagne en diversité et richesse.

La construction d'un commun professionnel cohérent réclame sans doute plus de temps.

Un commun donnant des repères aux élèves mais sans interdire à chacun d'entre nous d'exercer son système personnel d'enseignement, lot de l'expérience professionnelle.

Le point de vue nos élèves de H, scolaire, est instructif dans ce domaine et sur le sens et l'utilité de ce commun recherché:

Deux façons de rentrer en danse vécues entre la première et la terminale ou encore deux façon de placer son mousqueton pour y mettre son descendeur les questionnent. Ces deux façons en danse comme en escalade sont proposé par deux professeurs différents ne sont pas «hérétiques» et s'expliquent aisément voir pourraient se compléter. Par manque d'explication les élèves me confiaient que cela ne rassurait pas. Ce fait concerne certes une petite partie d'élèves mais semble symptomatique d'une perspective d'évolution de nos proposition en direction de mes élèves.

Certes ce commun existent indéniablement sur RABELAIS de par une grande stabilité et engagement de l'équipe EPS en place. Les deux créneaux AS par enseignant avec un jusqu'au environ de 19h en témoignent. Cependant le rapport au quotidien éloigne parfois un peu nos propositions de leurs racines et fondements. Les reposer redonne assez souvent de la pertinences à ces dernières voir les modifie un peu. De plus l'arrivée d'un nouveau membre dans un groupe, quel qu'il soit, génère un changement et une relative redistribution des cartes.

Nous allons maintenant tenter de ramasser ces réflexions pour orienter nos actions en cours.

Quelles difficultés à dépasser dans cet établissement avec de forts atouts ?

Au risque d'être lapidaire nous pouvons définir 3 types de populations scolaires au lycée RABELAIS quand à leur rapport à l'école. Cela correspond d'ailleurs assez bien au trois niveau de formation : CAP, BAC PRO, BAC Technologique.

Par rapport à d'autres établissements proposant le même type de formations on retiendra des niveaux d'attitudes scolaires très différents et cela me semble très spécifique à notre établissement. Ces attitudes vont de l'élève bolide et décrocheur à l'élèves en projet de poursuite d'études supérieurs en BTS où autre.

Nous étayerons nos dires sur cet éventail et celui de la diversité en l'illustrant dans trois domaines:

- On note de la vigilance vestiaire à l'autonomie responsable, toutes ces attitudes sont présentes dans notre établissement.
- Des demandes très différentes se font jour en AS . Elles vont de la pratique interne ensemble avec des niveau hétérogène dans l'activité, à l'envie de sortir un peu de l'internat, à la compétition scolaire de bon niveau en passant par une démarche associative, heureusement nous sommes 4 à intervenir.
- Par ailleurs si nous prenons 3 problèmes actuels soulevés entre autre par nos IG soit: LEPS des filles, l'EPS des non sportifs et les élèves décrocheurs

2 voir 3 de ses pb/objectifs me semble présents à RABELAIS. Dans mes anciens établissements 1 et à peine 2 étaient présents. Les axes de travail étaient plus faciles à dégager mais les solutions qui donnaient de bons résultats plus fragiles et instables.

Dans ce constat se dégage une perspective et difficulté à lever pour parfaire mon adaptation à ce nouvel environnement. Elle tiens dans le fait de faire des choix cohérents alors que les possibles sont très ouverts.

En d'autres termes trouver quelques axes communs de formation plus générale à mise en œuvre simple qui se déclinent pour traverser les différents niveaux de formations.

Ces axes auraient pour ambition une fois en place de favoriser de concert des progrès dans les apprentissages spécifiques proposée dans nos cours.

Nous avançons prudemment les 3 axes suivant:

- L'Écoute et le respect de la parole de l'autre qui peut aller de se taire à comprendre puis à intervenir de façon constructive et pertinente
- La répétition de ce que est proposé qui peut aller de l'exercice imposé au choix d'exercice puis au recul sur sa façon d'apprendre. Certains auteurs ont d'ailleurs été jusqu'à dire qu'il n'y avait pas d'apprentissages sans répétition.
- Remplir différents rôles, bien défini et ancrés dans l'activité, qui peuvent être effectué à l'aide du contrôle du prof à l'accompagnement puis vers une autonomie plus importante soit relier le vivre ensemble par l'apprendre ensemble et le concrétiser par des progrès dans un domaine très ciblé

Ces axes sont encore en voie de « test » avec pour objectif de les valider, modifier où de les rejeter. Cette mise en œuvre à aussi pour but de trouver des modes d'application puis de les utiliser du CAP au bac techno.

Pour répétition par exemple on peut annoncer les attendus d'une séance en terme de volume de travail voir ensuite de qualité. Une bonne séance c'est 8 voies effectuées où et 6 dégaines touchées X 8 (pour ceux qui n'arrivent pas à sortir une voie).

C'est 5 passages sur le franchissement des deux premières haies etc...

Pour exemple le rôle d'aide avec un travail par duo hétérogène en badminton sur l'apprentissage du smash et de l'amorti en terminale CAP à donné des résultats intéressants, au moins en climat de classe favorable aux apprentissages.

Il semble pour cela devoir prendre soin de ne pas faire que cela pour des raisons de variété mais aussi de progression. De plus il semble important que le plus débutant choisisse son «moniteur» pour accepter ses conseils et autres.

Pour conclure si certains élèves nous posent quelques soucis et nous proposent de ce faits des axes de travail pour les faire avancer ce n'est pas le cas de tous. Dans ce cas c'est sans doute à nous de leurs poser un problème à régler. De par les problèmes qu'ils posent, ce n'est d'ailleurs pas un hasard si les axes avancés sont issus de la confrontation avec des classes de CAP.

Dernières formations professionnelles à accéder au bac pro en trois ans , nos terminales arrivent en charges l'an prochain. .

De ce fait notre programmation se trouve un peu bousculée avec entre autre le problème de la programmation des trois heures d'EPS sur les deux années finales. Mais au delà des CP/APSA retenues, il semble de nouveau assez incontournable de concevoir le traitement des activités à travers les axes retenus et les problèmes soulevés de façon à les dépasser.

De plus si nos classes se « bonifient » il nous faut sans doute soigner l'accueil et le début de cursus de nos seconde pour accélérer ce progrès.

De ce constat associé au fait du passage d'un cursus 2+2 à 3 ans se pose une question parmi d'autres possible:

Quelles CP/activités retenir, avec quel ordre de programmation dans l'année et avec quel traitement pour permettre au élèves de muter plus rapidement d'une attitude de collégien à une posture de bachelier professionnel où techno ?

Formation qui réclame plus d'autonomie et de responsabilité de par les exigences demandées comme nous semble le prouver le passage des modalités de grimpe en moulinette à un engagement en tête pour tous.

L'autonomie et la prise de responsabilité peuvent voir devraient être proposées progressivement à l'appropriation mais parfois échéances et durées nous condamnent à brûler, un peu trop hâtivement les étapes.

InfoLP spécial Rabelais

La course de haies au lycée Rabelais

Par Eric STODEZYK



Nos élèves de classe de CAP tant dans la filière Restauration qu'Alimentation sont sur ce type d'activité dans le cadre de la Compétence Propre 1.

La réforme du Baccalauréat Professionnel en 3 ans nous conduit à programmer cette activité aussi sur les classes de première avec une certification pour le diplôme intermédiaire.

Mais c'est sur ce qui est proposé à nos classes de Cap que je ferai une présentation. La raison principale est que nous avons fait ce choix de programmation de longue date. Il nous est donc possible de tirer quelques axes forts éducatifs poursuivis avec cette activité, dépassant la seule légitimité certificative.

Tout d'abord, dans le cadre de la CP1, le choix d' « aller » sur des épreuves athlétiques est en grande partie dicté par les installations sportives que nous avons à disposition. Une piste de 370m avec une vraie ligne droite de 100m assez proche de notre lycée est accessible alors que les piscines dans notre secteur nécessiteraient des transports empiétant sur les temps de pratiques, sans parler des créneaux donnés au compte-goutte, fragilisant une programmation équitable entre élèves de même niveau de scolarité. Je ne parle pas du choix collégial fait d'abandon de l'activité gymnique sans salle adaptée et dont les enjeux de formation restent pour nos lycéens - lycéennes encore à démontrer.

De plus, nous avons décidé que cette CP1 devait permettre à nos élèves de se confronter, tout au moins dans le cadre de leur CCF, à une épreuve qui fait « mal ». Ainsi en fonction des niveaux d'examen, il leur sera proposé soit une certification sur 3 X 500m ou 200m Haies ... dont le noyau dur est le « sprint long ». Exit dès lors les épreuves de relais ou celle de pentabond qui peuvent avoir leur intérêt, mais qui confortent nos élèves dans une approche très minimaliste de la pratique sportive athlétique. Il nous est apparu donc nécessaire de pousser nos « ados » un peu plus dans leur retranchement physique de part les processus énergétiques à découvrir et à mettre en place efficacement caractériser par la course en résistance.

A ce propos d'ailleurs, nous avons été satisfaits de l'évolution de l'épreuve de course de haies CAP-BEP il y a deux ans qui passa d'un 2 X 150m Haies à un 200m Haies (sans parler de la faisabilité du CCF lui même).

Le cycle en 2de CAP

Je m'appuierai sur la définition que donne Y.Humbert et E. Lelevé (Revue Contre-Pied - Février 2009) du problème central de la course de haies : *courir le plus vite possible malgré la présence d'obstacles* qui permet une présentation particulièrement simple et parlante à nos élèves.de CAP.

→ le noyau dur de cette activité

Les options prises m'amènent à centrer les apprentissages sur la performance spécifique dans cette activité ; c'est donc une suppression pure et simple de toute comparaison entre ce que réalise les élèves sur le plat et ce qu'il réalise sur les haies.

Le choix de la distance du 80 m en premier cycle de course de haies a été légitimée dans notre programmation initiale par le fait que cette « longueur » tenait dans la ligne droite de la piste que nous utilisons permettant un aménagement matériel dès lors, plus efficace. De plus, l'épreuve certificative étant à l'époque sur 150m, c'est un rapport quasi de 1 sur 2 qui permettait à nos élèves de se projeter sur le barème Performance du CCF qui suivrait l'année de terminale.

Avec 5 obstacles à franchir sur ce 80m haies et une distance inter-haies de 15m, les élèves pourront s'engager dans une recherche d'appuis leur permettant de construire les « phases » techniques (rééquilibration - course (propulsion) - impulsion) les engageant dans une motricité très spécifique inhérente à cette activité. A ce niveau, il apparaîtra même qu'en fonction des qualités physiques de chacun d'entre eux-elles, ils - elles auront la possibilité de se centrer plus sur l'une ou l'autre d'entre elles . C'est par ailleurs à ce niveau que le travail didactique qu'est le nôtre est fondamental, permettant à nos élèves de réussir à LEUR niveau.

Enfin, il y a une justification énergétique « positive » dans ce choix : les élèves sprintent sur cette distance et ils se font plaisir . Nous avons la possibilité sur chaque séance de les confronter à la distance-test. C'est un atout motivationnel indéniable.

→ les savoirs

1) savoirs-faires techniques

Ils sont centrés sur le franchissement des haies et sur la construction efficace (« ne pas piétiner ») des espaces inter-haies

- déclencher une impulsion suffisamment loin devant l'obstacle pour avoir le point haut de l'envol avant la verticale de l'obstacle

- maintien de l'écart inter-cuisses (posture d'une fente avant) le plus longtemps permettant une prise de retard de la jambe d'esquive

- genou haut de la jambe d'esquive maintenu devant le bassin

- reprise d'appui solide derrière la haie

- pose du deuxième appui le plus loin avec genou qui passe dans l'axe de course.

- retrouver une course en fréquence avec un nombre d'appuis inter-haies stable (musicalité des appuis).

2) savoirs-faires sociaux

- être capable d'utiliser le chrono avec prise de temps intermédiaires.

- être capable de faire un retour concret sur ce que fait son partenaire (comptabiliser les appuis dans une zone définie, montrer l'emplacement des 2 premiers appuis du hurdler, prendre un temps sur un parcours défini...)

- être capable de s'organiser à plusieurs avec répartition des tâches

- être capable de donner un conseil ciblé en fonction de la situation proposée

Avec la fiche Évaluation 2CAP = COURSE DE HAIES qui suit, il vous est possible de mieux cerner le degré d'exigence demandé à nos élèves en fin de cycle.

Est présenté un exemple de notation (une partie d'une classe).

On peut se rendre compte d'une certaine réussite quant à la construction de l'espace inter-haies.. C'est parfois sur la performance elle-même que certains de nos élèves se retrouvent en difficulté. Et c'est à ce niveau que nous nous laissons une marge de manœuvre en « adoucissant » parfois ce barème Perf .

Ils semblent dès lors mieux armés pour se confronter à l'épreuve de CCF préparée en cycle de classe de Terminale.

InfoLP spécial Rabelais

2SC : Eval HAIES	NOTE	Temps	PERF. /12	Espace 1	Espace 2	Espace 3	Espace 4	Moy. Par espace	Ecart / Es- pace / 3	Contrat /2	Echauff T /3
Asmahane	11.75	16''54	06	2.93	2.84	2.93	2.86	2.89	03	1.75	1
Catalin	15	11''93	9.6	2.36	2.03	2.13	2.19	2.18	2.5	1.5	1.5
Marine	10.75	16''62	06	3.19	3.03	3.20	3.05	3.12	2.4	1.25	1
Anique	12.5	16''10	6.5	2.94	2.97	2.97	3.08	2.99	2.75	1.25	2
Warrell	16.75	11''18	11.75	2.12	1.97	1.98	2.05	2.03	2.8	0.75	1.5
Emilie	8.25	19''77	02	3.67	3.55	3.67	3.59	3.62	2.9	1.25	2
Jimmy	8.75	14''90	4.75	2.78	2.63	2.40	2.99	2.70	1.5	1	1.75

PRINCIPE D'ÉLABORATION DE L'ÉPREUVE TERMINALE

L'élève sera évalué sur un 80m Haies avec 5 obstacles

Il pourra faire 2 passages ; le meilleur sera gardé pour la NOTATION.

Hauteur des Haies : pour les filles = 1 trou apparent / pour les garçons = 3 trous apparents

Espaces inter - haies :

Départ → Haie 1 = 12m

Tous les autres espaces = 15m

LES CRITÈRES

- PERFORMANCE = 12 / 20

Avec un barème Filles et Garçons (voir tableau en annexe)

- ESPACE INTER - HAIES = 3 / 20

Il y aura donc 4 espaces inter - haies de 15m chacun.

Chacun de ceux-ci sera chronométré (Start et stop chrono à l'impulsion devant chaque haie)

La moyenne des 4 espaces inter - haies est faite ; Le temps le plus éloigné de cette « moyenne » est supprimé (« joker ») et le barème porte sur l'écart temps cumulé des 3 espaces restants avec la moyenne

- CONTRAT = 2 / 20

Il s'agit sur les 3 dernières séances de noter le « taux » de pratique et la cohérence de celle-ci : respect des séries à faire , retour sur pratique (fiches remplies) , utilisation pertinente du chrono...

- ECHAUFFEMENT = 3 / 20

Les élèves sont « autonomes » dans la phase initiale de la séquence d'évaluation (30').

Les haies sont placées par l'enseignant avec un couloir espaces du 80 Haies et un couloir avec des espaces aléatoires pour chaque « sexe ».

3 points	0.05 "	1.5 points	0.21 "
2.75	0.08 "	1.25	0.23 "
2.5	0.11 "	1	0.25 "
2.25	0.14 "	0.75	0.27 "
2	0.17 "	0.5	0.29 "
1.75	0.19 "	0.25	0.30 "

Le cycle en TERMINALE CAP

Je pars sur une base de 8 séances intégrant celle du CCF. Une de plus permet dès lors de faire un CCF blanc (palliant par la même aux soucis météorologiques et même à une absence de « dernière minute » d'un de mes élèves .

Autant lors du cycle initial , je me suis centré sur le problème fondamental qu'est LA course de haies donc sur le maintien d'une allure de course de sprint malgré les obstacles , autant en « montant » sur une épreuve de 200m haies je me devrais d'inscrire les élèves dans un processus de préparation physique à cette épreuve du fait des exigences de résistance qu'elle met en avant.

Considérant que mes élèves maîtrisaient dans les grandes lignes le « rendu compte » de leur pratique, je décide dans ce cycle final de leur scolarité de leur donner de quoi vivre une certaine autonomie dans cette pratique athlétique. Mon rôle de guide sera certainement encore plus efficient car l'interpellation, les remédiations que je pourrai avoir auprès de mes élèves se fera de manière INDIVIDUELLE. . Si je fais le lien avec le CCF qu'ils préparent et ce que je peux considérer comme acquis (ou tout au moins en cours d'acquisition) après un premier cycle Haies quant aux compétences méthodologiques, je m'orienterai vers une implication AUTONOME chez les élèves, les rendant beaucoup plus responsables de leurs apprentissages

Séance 1 :

OBJECTIF → Reprendre contact avec une activité athlétique . Centration sur la course .

Professeur = redonner un « protocole » de séance avec échauffement - prise de performance - éducatif / apprentissages + permettre une prise de repères spacio- temporels

Élèves =

- Etre capable de répéter certains éducatifs préparatoires
- Etre capable de chronométrer le passage de son binôme
- Etre capable de compter un nombre d'appuis sur une distance choisie par l'enseignant
- Etre capable d ' être efficace dans une organisation arrêtée (différents rôles à tenir)

Ils auront à faire, après échauffement encadré et guidé par l'enseignant :

5 X 40m avec prise de temps et décompte du nombre d'appuis. sur les 20m centraux (entre le 10 et 30m). Enchaînement pour chacun d'entre eux avec récupération = retour en marchant vers ligne de départ et travail à 80-85% du maximum

un **200m plat** en performance

InfoLP spécial Rabelais

Term CAP	40m Foulées	40m Foulées	40m Foulées	40m Foulées	40m Foulées	200m
Nom élève (garçon)	6"32 9	6"00 10	5"95 11	6"95 10	6"64 9	
Nom élève (filles)	6"73 13	7"16 11	7"57 12	6"27 ??? 12	7"89 13	

Le recueil (« secrétariat ») est assuré par l'enseignant aidé par tout élève inapte sur cette séance.

Séance 2 :

OBJECTIF → Reprendre contact avec une activité athlétique spécifique : course et franchissement d'obstacles (ils seront donc plus bas qu'au CCF)

Professeur = remettre les élèves en situation de confiance quant ils franchissent l'obstacle + leur permettre un positionnement face aux contraintes de l'épreuve finale + leur faire vivre une séance construite et exigeante

Élèves = idem séance 1

Etre capable « d'avalier » l'obstacle (ne pas piétiner)

Ils auront donc à faire :

10 X 20m plat. Repos max = 1'30 entre chaque 10m et information donnée sur le nombre de foulées le plus souvent répétées sur ces 20m. Ils cumulent leurs 10 temps (leur permettant de facto d'avoir une « performance » sur 200m ... comparable à celle qu'ils ont réalisé la séance précédente).

un 100m Haies avec franchissement des haies 3 – 4 – 5 et 6 du 200 (donc départ se fait aux 50m c'est à dire à l'emplacement de la haie 2)

un 200m Haies avec les haies 3 – 4 – 5 et 6

Les élèves s'organisent par groupe de 3 . Ils ont une fiche INDIVIDUELLE de travail qu'ils utiliseront également séance 3.

Séance 3 :

OBJECTIF → S'engager dans un travail de résistance soutenue en course

Revivre le franchissement des obstacles avec le plus haut rendement (rappel des savoirs – faire techniques vus en cycle 1 de première année)

Professeur = remettre les élèves dans des situations de franchissement avec l'enjeu de ne pas diminuer leur vitesse de course pour franchir + leur faire vivre la « dureté » de cette épreuve de sprint long

Elèves = idem séances précédentes

Etre capable de gérer les franchissements avec une fatigue réelle

Ils auront à faire :

2 X (5 X 40m plat) avec un repos max de 1'30 entre chaque 40m (retour marche rapide) et un repos entre les 2 séries correspondant au passage de leurs camarades (trio)

un 200m Haies avec les haies 5 – 6 – 7 et 8 en place (le première 100m est donc sur le plat) . Tenter de se faire compter les appuis inter – haies

Exemple fiche →

NOM-Classe

LA SÉANCE N° 2 – Date : -- / -- / 20--

Séance de reprise de contact avec une activité athlétique. Donc plus de course que de franchissement de Haies

InfoLP n°103

10 X 20m plat avec repérage du nombre d'appuis sur 20m Repos max = 1'30 max	100 haies sur les haies 3 – 4 – 5 - 6	200 haies avec les haies 3 – 4 – 5 - 6
37"61 (13)	14"94	37 " 29

LA SÉANCE N° 3 - Date : -- / -- / 20--

Séance plus exigeante sur les distances de course.

Un travail spécifique du franchissement, avec hauteur de haies normale. Enjeu = stabiliser le nombre d'appuis inter-haies. Se situer toujours sur la distance de référence du 200m haies

2x (5 X 40m plat) Repos max = 1'30 max Repos inter séries = passages camarades		200 haies avec les haies 5 – 6 – 7 - 8
43 " 10	33 " 30	38 " 38 (12 – 13 – 13)

Séance 4 :

OBJECTIF →

S'engager dans un travail de résistance soutenue en course (travail en fractionné)

Construire son début de course avec le franchissement

Professeur = les mettre en réussite sur le début de leur parcours (départ - 1ère haie) + leur faire vivre une séance construite et exigeante énergétiquement

Élèves = idem séance 1

Etre capable de d'adapter leur foulée aux exigences énergétiques et de franchissement (espace inter haies)

- **2 X la « pyramide » 40m / 60m / 80m / 100m** avec décompte des appuis sur le premier 20 et le dernier 20m. Le repos entre chaque passage est égal au retour vers le départ en marchant. Le repos entre les 2 séries est égal au temps de passage de ses 2 camarades.

- **200 haies** avec une haie sur deux. Si possible un élève fait un décompte des appuis inter haies

Ils auront entre temps fait un travail spécifique sur le départ - haie 1 avec choix du positionnement des appuis derrière la ligne de départ et travail spécifique sur les foulées de mise en train.

Exemple fiche →

InfoLP spécial Rabelais

40m (appuis)	60m (appuis)	80m (appuis)	100m (appuis)	200 haies (1 haie sur 2)
6.85 (12 -11)	9.35 (12 -10)	12.16 (12 -12)	16.25 (12 -13)	39.26
7.01 (12 -10)	8.63 (12 -10)	14.05 (13 -13)	17.40 (13 -15)	

Exemple fiche →

LA SÉANCE N° 4 - Date : -- / -- / 20--

Travail de course en pyramide avec repérage amplitude foulée (nombre d'appuis).

Construction de son départ Haie 1. Se situer sur la distance de référence du 200m haies

Séance 5:

OBJECTIF :

S'engager dans un travail de résistance soutenue en course avec franchissement

Adapter sa vitesse d'approche de l'obstacle en fonction de sa disponibilité énergétique

Professeur = Leur faire vivre une séance construite et exigeante énergétiquement proche des conditions de l'épreuve + affinement technique du franchissement

Élèves = idem séance 1

Etre capable de d'adapter leur foulée aux exigences énergétiques et de franchissement (espace inter haies)

Ils auront donc a faire :

Un passage sur 100m haies - départ du 200m

Un passage sur 150m haies - départ au 50m

Un passage sur 200m haies - départ du 200m

Un passage sur 150m haies - départ du 200m

Un passage sur 100m haies - départ au 100m

Les haies sont en dessous des exigences finales (- 7 cm). Chaque élève donne à son tuteur le nombre d'appuis entre 2 haies qu'il pense faire. Celui-ci validera le nombre de réussite.

Exemple fiche →

LA SÉANCE N° 5 - Date : -- / -- / 20--

Séance plus exigeante sur les distances de course car franchissements à enchaîner. Travail spécifique du franchissement, avec hauteur aménagée (un trou plus bas). Se situer sur la distance de référence du 200m haies

Séance 6:

OBJECTIF →

Stabiliser les foulées inter haies

Se situer face aux exigences de performance

Professeur =

- Affinement technique et efficace du franchissement

- Les centrer sur la reprise d'appui

Élèves = idem séance 1

Etre capable de stabiliser leur foulée dans l'espace inter haies

Ils auront donc à faire :

3 X (5 x 40m) en aller retour avec décompte par « tuteur » du nombre d'appuis inter haies et prise du temps cumulé (donc temps final sur 200m) par le 3^{ème} élève du trio. Il n'y a que 2 haies à hauteur CCF. Une au 10m et l'autre au 30m donc 10m d'élan pour franchir la haie 1

Pas de fiche. Les temps cumulés sont a comparés à ceux de la séance 3.

En fin d'échauffement, retour individuel insistant sur le franchissement par l'enseignant ; l'enjeu est la qualité de la reprise d'appui donc l'« observable » est la distance entre les 2 appuis derrière la haie franchie.

Séance 7:

C'est une séance d'Evaluation Trimestrielle avec un « protocole » quasi identique à celui du CCF qui suivra la séance prochaine

Quelques aménagements :

La **PERFORMANCE** passe sur 12 points

Le « franchir sans piétiner » passe sur 4 points

La préparation passe sur 4 points avec 2 points avant un recadrage de ma part et 2 autres points après. Je leur donne en consignes le découpage possible de cette mise en activité.

Une rotation est mise en place quant au secrétariat nécessaire autour du décompte des appuis inter-haies que je gère. Je fais malgré tout un relevé aussi.

Séance 8:

C'est le **CCF** ; ils ont déjà vécu cette séance. Le seul changement est que je leur donne 30' pour la phase de mise en route avec les 2 couloirs de haies (un pour les filles et un pour les garçons) déjà en place.

Il me faut ici conclure.

C'est une activité pas toujours aisée à enseigner du fait de l'imposante « installation sportive » qui nous accueille. Cela sous entend qu'une part de la mise en place et TOUT le rangement des haies doit être partagé avec les élèves. En ce sens, c'est l'étape 1 de l'accès à l'autonomie.

C'est une activité qui peut avoir du sens pour les élèves quand ils sont acteurs de ce qu'ils vivent. Le travail à trois, les rôles sociaux (chronomètres, compteurs, conseils...) donnent à chacun et chacune d'entre eux un statut hors celui de pratiquant valides et indispensables.

C'est une activité qui les contraint physiquement de part l'engagement énergétique nécessaire et ce versant de la pratique physique scolaire ne doit pas être occulté si nous voulons accéder à une certaine « culture » physique.

Mais pour ce niveau de classe présentant sur notre établissement un certain particularisme cognitif, physique, scolaire et social, c'est un véritable enjeu que de leur faire vivre cette aventure corporelle.

Enfin, je suis persuadé que peu d'APSA me permette d'intervenir de manière aussi individualisée pour ne pas dire personnelle auprès de mes élèves. Ce n'est pas vraiment une quête mais j'y trouve personnellement une autre saveur

InfoLP spécial Rabelais

ALLER AU SKI POUR 5€ !

Par Christian BAUS



2001, j'arrive au lycée Rabelais et je découvre mes collègues au fort pédigrée. Corinne THEVENARD formatrice de jeunes profs stagiaires à la pelle, qui n'a pas eu l'agrèg mais c'est tout comme, tellement ses réflexions sur les contenus sont pertinentes. Eric STODEZYK connu de toute la profession, dans tout le département et même l'académie. Eric DE BOEVER TZR, maître expert escalade et le collègue du CFA Serge MOURIER qui à l'air d'avoir un sacré charisme avec ses apprentis difficiles. Je remplace Jean Marc BODET professeur agrégé, je comprends que j'ai eu beaucoup de chances d'obtenir ce poste en or, euh pardon, en chocolat palais d'or ! Il va falloir faire sa place petit à petit...

Notre collègue Eric Stodézyk qui fourmille toujours d'idées (il paraît que ses amis le surnomme multi-plans), nous propose une sortie de ski pour les élèves de l'AS. Comme souvent, mon côté « électron » se montre réticent. « L'électron » c'est le surnom que m'avait donné mes collègues de promo en DEUG STAPS, lorsque nous préparions Grenoble-Paris en courant pour le téléthon. Chaque fois qu'ils proposaient quelque chose j'avais toujours le parapluie à ouvrir, ils en avaient marre, et je suis devenu l'électron, parce que un électron, c'est toujours négatif !

Finalement je me suis laissé convaincre et aujourd'hui, 12 ans plus tard, pour rien au monde je ne raterai ce moment fort de l'année au Lycée Rabelais !

La sortie de ski de l'Association Sportive du Lycée Rabelais, c'est quoi ?

- 2 bus plein chaque année, et depuis quelques années, on ajoute le minibus du lycée, soit environ 100 élèves et une douzaine d'accompagnateurs (infirmière, professeurs, surveillants, CPE et même par le passé, proviseur adjoint).

- Départ 7h30 et retour 19h00 un jour de semaine, soit mardi, soit jeudi hors toutes zones de vacances scolaires. A nous les pistes ! zéro queue et surtout plus de sécurité pour tous !

- Les élèves de l'AS sont prioritaires, ils représentent entre 65 et 75% de l'effectif. Nous complétons le 2^e bus avec des élèves non AS et depuis 2 ans, nous refusons du monde ! Certains élèves adhèrent à l'AS en début d'année, puis s'éclipsent et resurgissent au moment de la sortie de ski ! En fait, ils s'assurent une place de prioritaire et font une petite économie (explication ci-après).

La journée de cours est fortement perturbée car les élèves qui restent au lycée vont normalement en classe. Nos collègues se retrouvent dans une situation qui maintenant est devenue habituelle. Ils font cours à des classes parfois très clairsemées. C'est très aléatoire avec pour certains zéro 1 ou 2 absents et pour d'autres 7, 9, 12, 15 ... Nous avons su aussi que quelques collègues incitaient toute la classe à s'inscrire afin qu'ils puissent eux aussi être libérés de cours et donc pouvoir venir skier avec leurs élèves !

- Au niveau organisation, c'est très simple : test très rapide en début de journée pour tous (vous comprendrez ci-dessous pourquoi « Cf plan galère »). Les élèves autonomes partent par groupe de 3 minimum en ski libre avec dans leurs poches un petit papier reprenant toutes les consignes de sécurité déjà expliquées dans le bus. Ils ont tous les numéros de téléphone portable de l'équipe EPS en cas de souci. Nos collègues accompagnateurs quadrillent la station afin de vérifier que tout se passe bien. Les élèves portent un brassard rouge prêtés par le Lycée la Martinière Montplaisir et vu que nous sommes presque les seuls dans la station, il est relativement facile de les repérer ! Les élèves débutants restent avec les 5 professeurs EPS tous expert dans l'activité ! Sauf moi, mais je me débrouille suffisamment bien pour aider les élèves en difficulté !



Depuis 12 ans, tous se passe bien, l'électron touche du bois, nous avons eu à déplorer que des incidents mineurs. Quelques appels avec « comment on fait monsieur ? on a emmené Andy sur une piste rouge et maintenant c'est le plan galère ! » . Quelques blessures inévitables dans cette activité et une année un vol de lunettes de soleil dans un magasin de location. C'est vrai que nous avons la chance d'avoir la crème des Lycées Professionnels comme nous le font remarquer régulièrement nos collègues des autres LP.

Le financement : le nerf de la guerre ! Trésorier de l'AS depuis mon arrivée, je n'ai eu que le mérite d'entretenir la bonne situation financière que mes prédécesseurs m'ont laissé. Avec environ 2000€ à mon arrivée, il nous a été facile d'entrevoir la mise en place de cette sortie. Aujourd'hui, il faut savoir que cette sortie coute chaque année 1000€ à notre AS ! C'est la subvention annuelle du lycée + la subvention complémentaire de l'UNSS, et maintenant depuis quelques années la subvention municipale qui nous permet d'équilibrer facilement nos comptes.

Ainsi les 15€ multipliés par 100 à 150 licenciés nous donne l'occasion d'offrir chaque année une sortie de ski à prix très réduit pour nos élèves de l'AS.

Quel montage ? coté dépenses : 2 bus = 1500 € + 115 forfaits à prix négociés = 1000€. Coté recettes les élèves de l'AS payent 5€, les élèves non AS payent 25€. Le calcul est vite fait, ce n'est pas sur la sortie de ski que l'on cherche à faire du bénéfice !

Reprenons : un élève inscrit à l'AS en début d'année et possédant son propre matériel peut donc **ALLER AU SKI** pour 5€ !!! Vous comprenez aussi pourquoi certains élèves s'inscrivent à l'AS en début d'année et resurgissent ensuite ! (place prioritaire et 15 + 5 = 20€ signifie 5€ d'économie par rapport à ceux qui payent 25€). Oui je sais, on me dit souvent que j'aurais pu faire commerce !

InfoLP n°103

Remerciements : à tous les élèves depuis 12 ans qui par leur comportement civique nous permettent de reconduire ce projet. A tous les collègues accompagnateurs, la liste est trop longue pour tous les citer, ainsi qu'à tous les collègues qui restent et qui se retrouvent avec une journée de cours fortement perturbée. Au Lycée La Martinière Montplaisir qui nous a largement inspiré et pour le prêt des brassard. A l'UNSS pour la négociation des forfaits à prix très réduit avec la station des 7 Laux. A nos trois proviseurs successifs Mme VAFFIER, Mme GOULERET et M.GORRINDO qui nous ont fait confiance et qui nous ont permis que cette belle journée se pérennisent dans la vie de notre Lycée.



La permanence de l'AS ou comment faire vivre aux élèves un rôle de Jeune Responsable

Par Christian BAUS

Il y a 3 ou 4 ans, lorsque j'ai lancé l'idée de la « permanence de l'AS », il y avait deux perspectives qui m'animaient :

La première, était de faire vivre aux élèves le rôle qu'un adulte bénévole peut avoir dans la vie active lorsqu'il s'implique dans une association loi 1901. Ce rôle de dirigeant, responsable, animateur, bénévole, si cher au système français. Ce rôle de secrétaire, trésorier, président que peut être parmi eux certains tiendront un jour...

La deuxième, était une perspective beaucoup plus terre à terre. Une centaine de chèques à endosser, des tableaux Excel en guise de bordereau de remise de chèques, une centaine d'autorisations parentales à classer, pareil pour une bonne cinquantaine de certificats médicaux, les résultats à afficher, des photos à imprimer, etc... Pourquoi ne pas se faire aider par des élèves motivés pour faire toute cette paperasserie ?

Et voilà, la permanence de l'AS a germé petit à petit dans ma tête, puis elle s'est mise en place... Aujourd'hui je consacre 45' une semaine sur deux le vendredi de 12h30 à 13h15. Ce temps consacré est finalement un bon placement car ces élèves me boostent. En effet, nous nous fixons des objectifs et je me retrouve « obligé de les tenir ». Par exemple, c'est la première année que j'encaisse aussi vite tous les chèques de début d'année.

C'est donc, dans la bonne humeur qu'avec un petit groupe de 6 élèves qui « tournent », nous tentons de faire vivre ce moment où la porte est ouverte pour n'importe quel licencié ou non licencié qui aurait des renseignements à demander...

La difficulté fut de trouver une salle centrale, visible de tous, puis de l'aménager. Rénovation-ménage, bureau, placard qui ferme à clef, barillet de porte adapté, tableaux en liège pour affichage infos et photos,... Ce nouvel élan depuis cette année 2012-2013 est une véritable réussite. La permanence de l'AS devient un nouveau lieu de vie de notre Association. A l'heure où j'écris ce texte un nouvel essor est pris par cet « instance ». La permanence de l'AS est ouverte 4 jours sur 5 pendant 3 semaines afin d'accueillir les inscriptions de la sortie de ski ! A tour de rôle, presque tous les jours, tous les collègues d'EPS, accompagnés de 2 élèves du comité directeur se relayent entre midi et deux pour recueillir les inscriptions à notre sortie. Nous nous sommes dit que nous ferions un bilan de cette action plus tard. Je ne sais pas ce qu'en pensent mes collègues, mais pour moi c'est un succès ! Succès à double titre, car non seulement cette fréquence met en lumière l'intérêt de la permanence de l'AS, et comme nous l'avions prévu, les inscriptions se faisant à ce moment, elles ne perturbent plus l'animation des créneaux d'entraînements, comme c'était le cas auparavant.

InfoLP n°103

En effet, lorsque vous aviez 25 élèves qui arrivaient en même temps pour s'inscrire avec chèques et/ou espèces, inutile de vous dire que l'animation du créneau d'entraînement devenait plus que compromise ! Les inscriptions à cette sortie sont de plus un moment pour faire le point avec chaque licencié ! « Dis donc toi : tu es allé en compétition il y a 15 jours et pourtant on a pas ton certificat médical ! », « Mais si, je l'ai donnée à l'autre prof... ». « Ah bon ! ok, on lui tirera les oreilles car le document n'est pas encore archivé... »

Il ne me reste plus qu'à remercier mes fidèles élèves qui depuis 2 ans m'aident très régulièrement dans cette tâche. Merci à Maud, Mélinda, Kévin, Rémi, Yannick et Maxime. Merci aussi à l'aide ponctuelle des petits nouveaux (Brahim, Skender, Anaïs et Anthony) concernant la période inscription du ski. J'espère que nous finaliserons notre projet de sortie plein-air pour les élèves du comité directeur.



PROJET HANDISPORT

Par Véronique LAFOND

La vie est rarement linéaire ! A partir d'une nouvelle réalité personnelle s'impose la question : « Comment sensibiliser la jeunesse au handicap ? » Monter un projet-Région en partenariat avec l'association Handisport est un moyen.

La jeunesse apprécie davantage l'expérimentation aux grands discours. En 2010-2011, mon collègue Serge Mourier et moi-même proposons donc à une classe une mise en situation permettant aux jeunes de vivre une situation de handicap à travers trois activités : basketball en fauteuil roulant, parcours en aveugle et torball. L'activité est soutenue par l'association Handisport. Celle-ci intervient une heure en amont dans mon cours de français, présente un panel de sports pratiqués en Fédération par les personnes handicapées. C'est également l'occasion pour les jeunes de poser différents types de questions, sans jugement, faire émerger leurs inquiétudes, leurs angoisses aussi, et des superstitions.

Puis activité au gymnase, durant leurs deux heures d'EPS hebdomadaires. Afin de mener à bien un véritable travail interdisciplinaire, l'enseignant ayant accueilli l'association en amont dans son cours participe sur le terrain en tant que co-animateur et observateur. Cela pour mieux utiliser et réactiver le vécu en cours ultérieurement, quelle que soit la matière enseignée

Un atelier basketball en fauteuil roulant, où les jeunes jouent en équipes. Au préalable, un parcours d'obstacles a été mis en place pour appréhender les maniements et déplacements en fauteuil, et découvrir de nouvelles sensations liées à la perte temporaire de l'usage de ses jambes.

Le parcours en aveugle est l'atelier qui nécessite, peut-être, le plus d'attention et de présence de la part des adultes encadrant de l'activité. En effet, chaque jeune choisit son binôme et tout est basé sur la confiance. L'un des deux a les yeux bandés ; au poignet, une corde qui le relie à son coéquipier. Celui-ci le guide à la voix dans le gymnase, dans un parcours directionnel allant de la simple guidance à la course.

Enfin, le torball. Jeu d'équipes, où la concentration extrême et le silence total ont demandé beaucoup d'efforts sur soi-même à cette génération vivant dans le bruit permanent.

Au fil du temps, nous observons une constante : la gestion de l'aspect psychologique lié aux mises en situation de handicap. Certains jeunes revivent des situations personnelles et/ou familiales ; dans le meilleur des cas, ils refusent de participer sur le terrain mais veulent bien être des observateurs ; parfois, la colère, la peur, l'angoisse, la crise de nerfs se manifestent, et il faut les calmer, les rassurer. D'autres encore font émerger leurs superstitions et croyances erronées qui leur soufflent que « s'asseoir dans un fauteuil roulant, ça va leur porter malheur plus tard dans la vie ».

C'est pourquoi un travail d'équipe est à la fois nécessaire en amont, sur le terrain et dès le retour en cours pour encadrer au mieux cette activité.

Depuis trois ans, le projet s'élargit : davantage de classes et d'adultes sont sensibilisés.

On peut aussi jouer sur la transversalité et consacrer, par exemple, des séances en français à l'autobiographie à travers l'étude de la chanson en slam « Midi 20 » de Grand Corps Malade, ou des extraits de *Personne n'est parfait* d'Hirotsugu Ototaké, ou encore *Le cri de la mouette*, d'Emmanuelle Laborit. L'essentiel est de construire un véritable projet pédagogique interdisciplinaire autour du handicap.

Les échanges autour du handicap permettent d'abord de lever un tabou, de bousculer les idées reçues. Les notions de « norme », « normalité », « différences » éveillent les consciences et ouvrent les cœurs :

« Avant le projet, je ne voyais même pas les personnes handicapées. Depuis, je suis attentif et propose mon aide, dans le métro par exemple. », Dit Allan.

« Ca m'a ouvert les yeux sur la fragilité de la vie, et les conduites à risques dont on fait souvent preuve quand on est jeunes », exprime Clément.

« J'ai réalisé qu'on a qu'une vie et qu'on n'est pas invincibles. Ce n'est pas comme dans les jeux vidéo ! » Énonce Antoine.

« Etre aveugle, même guidé par un copain en qui j'ai confiance, ça m'a coupé du monde. J'étais angoissé tout le temps. On ne peut pas vivre tout seul, valide ou pas. Comment font les personnes aveugles dans la vie quotidienne ? » Questionne Rémi.

« Ca m'a fait réfléchir à la place donnée aux handicapés dans notre société. C'est peut-être à notre génération de faire avancer les choses, par exemple sur le lieu de travail. » interroge Mounir.

« Le handicap, en général, c'est lourd. Il faut avoir le courage de le supporter et d'affronter le regard des autres. » affirme Clémence.

Regards croisés, empathie

...

Respecter et accepter l'autre tel qu'il est n'est-il pas une richesse à partager ?...

Véronique LAFOND ,
professeur de lettres

Témoignage permanence AS

Par Mélinna BERNARD

Le 27 Janvier 2013.

Au comité directeur de l'AS, nous venons au nom de tous les licenciés pour remplir divers tâches mais avant tout afin d'aider les professeurs dans leur démarche professionnelle et volontaire, celle d'accompagner les élèves tout au long de leur scolarité en leur permettant de pratiquer une activité qui sort du cadre scolaire tout en répondant à leurs attentes.

Le but ? Organiser, former, initier, développer un état d'esprit collectif et concret : se dépenser, remporter des compétitions, rencontrer de nouvelles personnes. Ce sont là des notions de respect, tolérance, et de partage qui sont mises en avant. L'AS, c'est aussi permettre à chacun de faire un sport, ou une activité qui lui correspond et qu'il n'aura pas forcément le temps, la motivation, la possibilité, ou l'envie de faire ailleurs.

La danse « popping » par exemple, que je pratique dans le cadre de l'AS, s'inscrit parfaitement dans cette lignée. Ces moments de danse sont intenses et me permet d'avoir des moments où faire preuve de mon dynamisme, tout en m'apportant un certain équilibre, et de grands moments de joie et convivialité. Outre cela, c'est également de réelles notions techniques et professionnelles que l'on nous enseigne avec une compétence irréprochable de la part des professeurs.

Les activités physiques, par leurs valeurs d'aventure commune et de dépassement de soi, deviennent après plusieurs entraînements de véritables sources de bien-être et de forme physique.

Mélinna BERNARD, élève de terminale et membre du comité directeur au sein du lycée-CFA François Rabelais

PRATIQUER A L'AS RABELAIS

Par Théa GALLIEZ

Élève en Terminale Bac Technologique Hôtellerie, au lycée François Rabelais de Dardilly dans le Rhône, je fais partie de L'Association Sportive Rabelais depuis 2 ans.

Je pratique l'A.S. escalade, tous les lundis soirs après l'école, car cela me permet d'améliorer mes compétences en escalade, et de partager un moment de convivialité avec mes amis et mon professeur.

Notre enseignant nous aide à améliorer nos points faibles en escalade en nous faisant partager son expérience et ses conseils, il s'investit dans l'A.S. afin de nous permettre de participer à diverses compétitions et sorties...

L'an passé avec mes amis, nous avons participé à de nombreuses compétitions d'escalades, de courses d'orientation, de VTT et, celle que nous avons préférée était la sortie ski de fond.

Cette sortie nous a permis de découvrir le ski de fond, de faire de nouvelles rencontres avec les autres lycéens et de passer un moment très agréable.

Tous les ans, notre lycée organise une sortie ski, qui se déroule à la station de Prapoutel en Savoie. Elle permet à tous ceux qui ne peuvent aller au ski en dehors des périodes scolaires, de s'y rendre entre amis pour un faible budget.

Grâce à l'AS, et le dynamisme de mon professeur j'ai pu découvrir des sports que je n'avais jamais pratiqués, de me créer pleins de souvenirs avec mes amies et de m'améliorer en escalade.

Théa GALLIEZ Classe de TH

La danse à l'A.S. RABELAIS

Par Blaise DIOP

Les motivations qui m'ont amenées à la danse sont aussi complexe que le fait que je déteste danser en public... C'est plutôt paradoxale, j'en consent.

Aujourd'hui, me voilà participant au JUSTE DEBOUT, Express your style à MUNICH et tant d'autres battles en France et en Europe.

Le but de ce cours de danse robotique et vague soit popping - boogaloo pour les puristes n'est pas de faire de vous des futurs Mikael JACKSON, Non.

A l'image de toutes les formes d'expressions artistiques tels que le chant où le théâtre la danse demande « une mise à nu ». Ne vous occupez plus du spectateur qui ne vous lâche pas des yeux où de ce que pense votre voisin: Lâchez prise et DANSEZ.

Ainsi à travers des chorégraphies, des cercles, une éducation musicale et pourquoi pas des petits battles, Venez, Dansez, Transpirez et amusez vous.

Blaise DIOP assistant d'éducation anime l'AS danse au lycée RABELAIS le jeudi soir.

DES PROFS ET DES VOLANTS...

Par Isabelle Augé et Sabine Yverneaux

Durant 3 ans, nous sommes venues sur le terrain de badminton échanger quelques volants avec les élèves dans le cadre de l'AS.

A nos débuts, nous nous sommes vite rendues compte, qu'en effet nous n'étions que des débutantes et que beaucoup avaient à nous apprendre...Les rôles étaient alors inversés ! Pourquoi pas ? Nous ne maîtrisons pas vraiment les règles, nous trouvions les limites de terrain ridiculement petites et nous avons croisé nos raquettes bruyamment plus d'une fois...Ne parlons même pas de notre extravagante dépense d'énergie tandis que nos adversaires semblaient jouer immobiles...L'un d'eux a même osé jouer contre nous à genoux !

Notre sang ne fit qu'un tour et à partir de ce jour, nous nous sommes démenées et avons décidé d'être enfin à la hauteur de nos jeunes adversaires...Plus de profs, plus d'élèves, plus de défis avec les mots mais de la pure compétition sur le terrain.

Autant dire que nous avons progressé et passé d'excellents moments. Notre collègue d'EPS est désormais pour nous comme un coach et nous ne l'appelons plus autrement que « Maître Bad ». Nous sommes intimement persuadées que ce moment d'échange sportif avec les jeunes, un peu hors du temps, participe à la construction d'une certaine harmonie dans les rapports humains au sein du lycée.

Malheureusement, cette année, nos horaires ne nous permettent plus de nous rendre à cette activité. Qu'à cela ne tienne, l'une de nous pratique désormais le badminton à l'extérieur, quant à l'autre, toujours membre de l'AS, elle fait cette année du fitness.

Isabelle Augé, professeur d'anglais

Sabine Yverneaux, professeur de
Lettres-histoire

UN PEU DE TENUE !

Par Sabine Yverneaux

Le lycée François Rabelais gravite dans un univers parallèle de l'Education Nationale... J'entends par là que les us et coutumes y sont bien différents : le jogging y a été banni il y a quelques années et demeure aujourd'hui encore un des particularismes de notre règlement intérieur.

À l'heure où les jeunes adolescents semblent s'être choisis, avec le jogging, un nouvel uniforme, notre lycée se démarque... Dans la cour, bien sûr des jeans et des baskets, mais aussi des jupes-tailleur, des talons hauts, des costumes-cravate et des tenues professionnelles blanches et amidonnées. Il va sans dire que les formations y étant enseignées y sont pour beaucoup : les métiers de l'Hôtellerie et de la Restauration.

Autant dire que dans ces métiers, la tenue, c'est tout une affaire ! Après des grimements de dents à chaque nouvelle rentrée - pas si facile d'abandonner l'uniforme du quartier !- tout le monde s'y retrouve et comprend que la tenue, ce n'est pas qu'une question de fringues, c'est aussi une question de maintien, d'attitudes, qui, adoptées dès que l'on franchit le portail finissent pas devenir naturelles... On traverse ses journées scolaires un peu comme ses journées professionnelles, comme si on était en permanence devant des clients, et la tenue vestimentaire adaptée... et bien, ça aide !

Et l'EPS dans tout ça, me direz-vous ?

Et bien, du coup, en EPS, à Rabelais, c'est la grande réhabilitation du jogging comme tenue de sport ! Celle que l'on met en cours d'EPS, celle que l'on n'a pas portée toute la journée, celle dans laquelle la sueur proviendra de son activité sportive et non de son choix de place surchauffée près du radiateur en cours de Français... Bref, là aussi une tenue adaptée... Mettre le jogging est aussi l'acte par lequel commence le cours d'EPS, porter la bonne tenue, c'est déjà, là aussi, se mettre dans le bain !

Mais rassurez-vous, notre lycée n'est pas dans un univers si parallèle... le fameux jogging a désormais muté en une sorte de matériel scolaire et comme son lointain cousin, le manuel de Français... il faut penser à l'amener en cours d'EPS !! Sans parler des ravages occasionnés par la mutation génétique de la basket, devenue si urbaine, si « tendance », si « vintage », que nos jeunes ne se sont même pas rendus compte que leurs baskets n'en étaient plus...

« Ben, M'sieur, si maintenant faut aussi amener des chaussures, on va plus s'en sortir !! »

Sabine Yverneaux, prof de français

Envoyée spéciale au gymnase