

# Agir et s'Exprimer avec son Corps

TPS/PS



## PRESENTATION DU DOMAINE D'APPRENTISSAGE

### PROGRAMMES OFFICIELS CYCLE 1 EXTRAIT BO HS1 14 FEVRIER 2002

Jusqu'à l'âge de six ou sept ans, l'activité physique mettant en jeu le corps est un moyen d'action, d'exploration, d'expression et de communication privilégié pour permettre un développement moteur, affectif et intellectuel harmonieux.

*Extrait BO HS1 14 février 2002*

#### Actions motrices fondamentales

- les locomotions (ou déplacements) : marcher, courir, sauter, grimper, rouler, glisser...
- les équilibres (attitudes stabilisées) et les manipulations : saisir, agiter, tirer, pousser...
- les projections et réceptions d'objets : lancer, recevoir...

Ces actions sont à la base de tous les gestes. Elles se retrouvent, seules ou en combinaison avec d'autres, sous des formes variées et avec des intentions différentes, dans toutes les activités physiques que l'on peut proposer à l'école maternelle.

La construction de ces actions, véritable "vocabulaire moteur", se fait par étapes. D'abord acquises dans leur forme simple, elles sont peu à peu enrichies et diversifiées puis enchaînées avec d'autres, d'abord juxtaposées, puis combinées de manière articulée (comme le sont les mots dans une phrase) dans des actions de plus en plus complexes et variées.

#### Expérience corporelle et langage

Il faut offrir aux enfants l'occasion de parler de leur activité : dire ce qu'on a envie de faire, nommer des actions, se situer dans l'espace et le temps, formuler une question, exprimer ses émotions, communiquer avec les autres pour élaborer un jeu, donner son avis. Le dessin peut être un relais important dans la mesure où il permet d'identifier et d'ordonner des gestes, des événements dans le cours continu de l'action.

#### Articulation avec les autres domaines

- L'activité physique à l'école maternelle, par la diversité des expériences qu'elle propose, aide à rendre plus facile la construction de certaines des connaissances visées dans le domaine d'activités "Découvrir le monde".
- L'activité physique permet aussi de faire l'expérience d'un temps et d'un espace structurés par l'action.
- L'articulation avec le domaine "La sensibilité, l'imagination, la création" est tout aussi essentielle. En effet, lorsque l'enfant est amené à exercer son pouvoir d'expression et à solliciter son imagination, ce sont sa perception et l'action de son corps qui en sont les moteurs (mise en jeu des différents sens, action sur des matières, utilisation d'objets ou d'instruments...). Les situations vécues dans les diverses activités physiques peuvent donner lieu à la réalisation individuelle ou collective de projets artistiques.
- En travaillant sur des supports sonores ou musicaux divers et variés, ces activités participent également à l'éducation musicale et la mise en mémoire d'un patrimoine culturel.

#### Organisation du temps scolaire

« Le besoin de mouvement des enfants est réel. Il est donc impératif d'organiser une séance d'activités corporelles chaque jour (de 30 à 45 minutes environ, selon la nature des activités, l'organisation choisie, l'intensité des actions réalisées, le moment dans l'année, les comportements des enfants...).

« Une programmation ordonnée des activités tout au long de la scolarité à l'école maternelle permet de faire des activités corporelles une véritable éducation. Elle doit prendre le plus grand soin d'adapter les situations didactiques à l'âge et au développement des enfants, en créant la dynamique qui leur permet d'aller au-delà de ce qu'ils savent faire. Elle doit contrôler que chacune des actions motrices élémentaires sera bien sollicitée. Elle doit varier les activités physiques et les situations dans lesquelles ces actions peuvent être mises en œuvre et faire découvrir, de manière ordonnée, les différents milieux, les différents matériels, les différents jeux qui permettent à l'enfant de se familiariser avec les multiples facettes de l'univers et des activités humaines qui l'entourent »

## COMPETENCES A ACQUERIR

### S'approprier le langage

- Comprendre un message et y répondre
- Nommer objet/pers/action
- Formuler une description ou une question

### Découvrir l'écrit

- Identifier les fonctions de l'écrit

### Devenir élève

- Respecter les autres et les règles de la vie commune
- Ecouter, aider, coopérer ; demander de l'aide
- Eprouver de la confiance en soi , contrôler ses émotions
- Exécuter en autonomie des tâches simples
- Dire ce qu'il apprend

### Percevoir, imaginer, sentir, créer

- Adapter son geste aux contraintes matérielles (instruments, supports, matériels)
- Avoir mémorisé et savoir interpréter des chants, des comptines

### Agir et s'exprimer avec son corps

- Adapter ses déplacements à des environnements ou contraintes variées
- Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement, accepter les contraintes collectives
- S'exprimer sur un rythme musical ou non, exprimer des sentiments et des émotions par le geste et le déplacement
- Se repérer et se déplacer dans l'espace
- Décrire ou représenter un parcours simple

### Découvrir le monde

- Reconnaître, nommer, décrire, comparer, ranger, classer des matières, des objets selon leurs qualités et leurs usages
- Nommer les principales parties du corps humain et leur fonction, distinguer les cinq sens et leur fonction
- Repérer un danger et le prendre en compte
- Situer les événements les uns par rapport aux autres
- Mémoriser la suite des nombres au moins jusqu'à 30 (comptine numérique)
- Dénombrer une quantité en utilisant la suite orale des nombres connus
- Associer le nom de nombres connus avec leur écriture chiffrée
- Se situer dans l'espace et situer les objets par rapport à soi

**REFERENCES**

apprendre en éducation physique au cycle 1, CRDP , tome 1 et 2  
 agir à l'école maternelle, juin 2003, CDDP marne  
 agir dans le monde, ACCESS éditions  
 programmes projets apprentissages pour l'école maternelle, hachette éducation, Norbert BABIN

**OBJECTIFS GENERAUX**

- Objectif 1 :** Favoriser la construction des actions motrices fondamentales (locomotions, équilibres, manipulations...)
- Objectif 2 :** Permettre une première prise de contact avec les diverses activités physiques (pratiques sociales de référence)
- Objectif 3 :** Faire acquérir les compétences et connaissances utiles pour mieux connaître son corps, le respecter et le garder en bonne santé


**Objectifs pour les TPS**

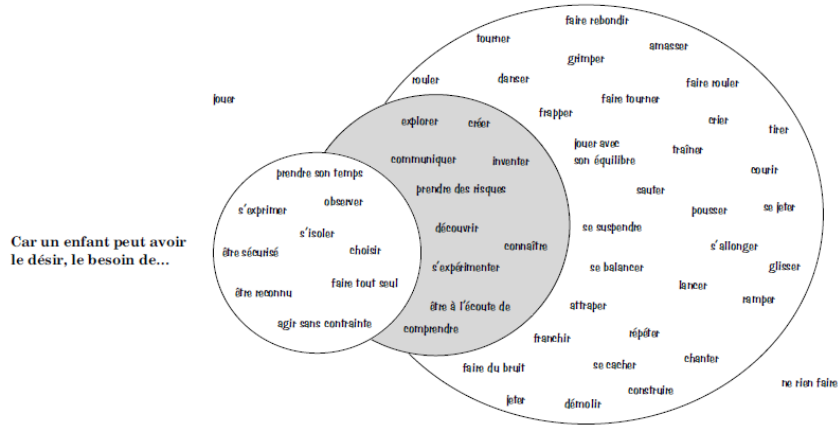
Les premières actions du jeune enfant sont réalisées "pour le plaisir", et sont liées aux sensations et aux émotions ressenties. Il s'agit donc de le laisser jouer, c'est-à-dire éprouver son pouvoir sur le monde et les objets qui l'entourent. Progressivement, en fonction de l'effet produit, le tout-petit ajoute une intention qui précise cette action et, finalement, l'organise et la construit de façon plus affinée et mieux adaptée au milieu.

Les situations qui sont proposées doivent permettre :

- des actions de déplacement (locomotions), qui répondent bien au besoin de mieux connaître son corps, d'affirmer son équilibre. Ces actions sont menées dans des environnements familiers, puis de plus en plus étrangers. Les espaces d'évolution variés sont progressivement délimités. Pour solliciter des actions spécifiques (marcher debout, à quatre pattes, courir, sauter, monter, descendre, rouler, ramper...), l'espace sera structuré à l'aide d'objets (blocs de mousse, bancs, gros tapis, plans inclinés, tunnels, mini-échelles...) incitant à l'action ou, au contraire, jouant le rôle d'obstacles. On peut aussi privilégier les actions de déplacement utilisant des engins à pousser, à rouler (chariots, tricycles, trottinettes...);
- des ajustements de plus en plus fins à toutes sortes d'objets et de matériels (cartons, cubes en mousse, balles, ballons...) que l'on peut manipuler, pousser, tirer, transporter, démolir, lancer ;
- des jeux de doigts, des déplacements et mouvements "dansés", des jeux d'expression, des imitations de personnages, d'animaux... qui sont autant de situations très riches pour les tout-petits. On aide l'enfant à structurer ses actions et ses déplacements en les soutenant par de la musique, des chansons, des comptines.

**MIEUX ORGANISER LES ACTIVITÉS PHYSIQUES, C'EST...**

 **OBSERVER LES ENFANTS**  
 dans leurs activités motrices, leurs tentatives de communication, leurs explorations, leurs intérêts, leurs plaisirs...



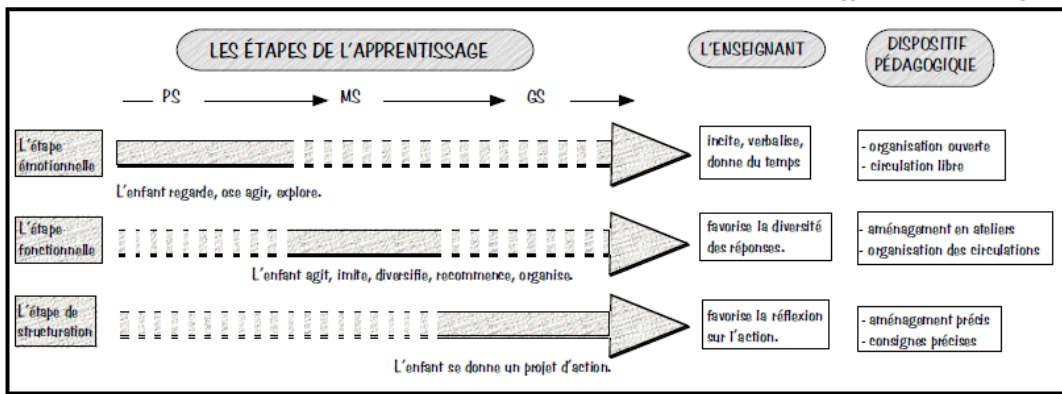
**ATTITUDES MISES EN ŒUVRE**

**Enseignant**

- écouter, observer, répondre aux sollicitations
- assurer la sécurité
- relancer, accompagner, aider
- apporter des consignes, choisir des situations

**Enfant**

- explorer par tâtonnement
- établir des relations
- éprouver des émotions (peur, rivalité, confiance, agressivité)
- se préciser des buts d'action
- intégrer des consignes
- effectuer des choix



## DOMAINES DE COMPETENCES

### Réaliser une action que l'on peut mesurer

- courir, sauter, lancer de différentes façons (par exemple : courir vite, sauter loin avec ou sans élan) ;
- courir, sauter, lancer dans des espaces et avec des matériels variés (par exemple : lancer loin différents objets)
- courir, sauter, lancer pour "battre son record" (en temps, en distance).

#### Mise en œuvre :

- activités athlétiques.

### Adapter ses déplacements à différents types d'environnement

- se déplacer dans des formes d'actions inhabituelles remettant en cause l'équilibre (sauter, grimper, rouler, se balancer, se déplacer à quatre pattes, se renverser...);
- se déplacer (marcher, courir) dans des environnements proches puis progressivement dans des environnements étrangers et incertains (cour, parc public, petit bois...);
- se déplacer avec ou sur des engins présentant un caractère d'instabilité (tricycles, trottinettes, vélos, rollers...);
- se déplacer dans ou sur des milieux instables (eau, neige, glace, sable...).

#### Mise en œuvre :

- vers les activités gymniques : salles aménagées avec du gros matériel, des obstacles (on peut s'y déplacer de manières différentes);
- activités d'orientation : environnements proches et familiers (école) ; environnement semi-naturels et proches (parcs) ou plus lointains (bois, forêt...);
- activités de roule et de glisse (pilotage) : chariots, tricycles, vélos, rollers, patins à glace, skis...
- activités aquatiques (en piscine) : partout où ce sera possible, les activités de natation seront proposées aux enfants de grande section, sous la forme de modules d'apprentissage d'un minimum de 10 séances ;
- activités d'escalade : modules et murs aménagés ;
- activités d'équitation : poneys.

### Coopérer et s'opposer individuellement ou collectivement

- s'opposer individuellement à un adversaire dans un jeu de lutte : tirer, pousser, saisir, tomber avec, immobiliser...;
- coopérer avec des partenaires et s'opposer collectivement à un ou plusieurs adversaires dans un jeu collectif : transporter, lancer (des objets, des balles), courir pour attraper, pour se sauver.

#### Mise en œuvre :

- avec les grands surtout : jeux d'opposition duelle (jeux de lutte) ;
- avec les petits : jeux collectifs (y compris les jeux de tradition avec ou sans ballons) : jeux de poursuite, jeux de transports d'objets, activités de lancers de balles et ballons sur des cibles-buts et à des distances variées ;
- avec les moyens et les grands : ces mêmes jeux et activités sont menés dans des espaces délimités, avec des rôles différents à jouer.

### Réaliser des actions à visée artistique, esthétique ou expressive

- exprimer corporellement des images, des personnages, des sentiments, des états ;
- communiquer aux autres des sentiments ou des émotions ;
- s'exprimer de façon libre ou en suivant un rythme simple, musical ou non, avec ou sans matériel.

#### Mise en œuvre :

- à tous les âges : danse, mime, rondes et jeux dansés, manipulation de petit matériel (vers la gymnastique rythmique, avec des rubans, des foulards, des cerceaux)
- avec les grands : activités gymniques (dans leur aspect artistique), activités de cirque.

## NOTIONS DE PSYCHOMOTRICITE

Selon la classification de GALLAHUE :

- avant 2 ans : phase de la motricité rudimentaire
- après 3 ans : phase de la motricité fondamentale
- après 7 ans : phase de la motricité sportive

### I. LES POSSIBILITES ET LES BESOINS DE L' ENFANT DE MOINS DE TROIS ANS

	Domaine moteur	Domaine relationnel	Espace - Temps
<i>ce qu'il sait faire</i>	<p><b>Globalement</b> : Marcher, courir ou trotter, ramper, sauter d'une petite hauteur, monter et descendre un escalier, grimper, escalader ( avec tout le corps, par le ventre )lancer, suivre des cheminements</p> <p><b>Plus Finement</b> : se sert alternativement des deux mains</p> <p>Son temps d'activité est court, il est raide, manque de souplesse dans les chevilles, les genoux , il éprouve des difficultés à dissocier les mouvements.</p>	<p>Agir seul le plus souvent, jouer avec les autres à des jeux parallèles, communiquer par des moyens physiques ( caresser, tirer les cheveux )</p> <p>Il a la notion de propriété</p>	<p>Il a des repères dans un espace connu</p> <p>Il connaît devant, derrière, en haut, en bas, dedans, dehors, avant, après ( à stabiliser)</p> <p>Il perçoit mal les rythmes extérieurs</p> <p>Il est tout entier dans la globalité</p>
<i>les besoins</i>	<p>Changer d'activité ( c'est un touche à tout que tout attire )</p> <p>Vider, remplir, manipuler, taper, emboîter, frapper, froisser, faire entrer et sortir, séparer et réunir</p> <p>Jouer avec des objets de colorés</p> <p>Se déplacer en quadrupédie</p> <p>Il aime triturer les objets</p> <p>Il est souvent plus attiré par le processus que par le résultat</p>	<p>Imiter dans l'immédiat</p> <p>Il ne sait pas encore jouer à des jeux de faire-semblant.</p> <p>Pour être sécurisé il a besoin de routine :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- les mêmes histoires</li> <li>- la même place</li> <li>- les mêmes personnes</li> <li>- les mêmes repères</li> </ul> <p>Il aime avoir peur quand c'est pour rire, se griser, tourner</p>	<p>Grimper, escalader, se déplacer, déménager des objets, tirer, trainer, pousser, se trainer par terre, explorer, prendre des repères</p>
<i>Comment il apprend</i>	<p>Par essais et erreurs</p> <p>Par imitation</p> <p>Par la recherche de son plaisir</p> <p>Par des situations auto-adaptives</p> <p>Par confrontation aux objets, à un aménagement</p>	<p>Par la confrontation aux autres</p>	<p>Par la confrontation à des milieux différents bien aménagés ( la classe, le dortoir, la cantine, la salle de jeux, la cour de récréation, le gymnase )</p>

## LES ACTIVITES

DOMAINES	Sens de l'action	actions	activités
<b>S'adapter au milieu physique aménagé ou naturel</b> - maîtriser des équilibres variés - coordonner ses actions - prendre des risques - gérer sa sécurité - respecter des règles	Rechercher une conduite de plus en plus efficace Réaliser une performance Comparer ses actions à celles des autres	Courir Sauter Lancer Manipuler	Actions locomotrices Actions motrices de manipulation Jeux de balles et ballons
	Ajuster son déplacement	Se renverser Rouler Se suspendre Se balancer S'équilibrer	Actions motrices
	Faire plus vite Faire plus haut Faire plus loin Faire plus longtemps	Marcher Grimper Ramper descendre Se hisser Escalader Franchir	Escalade Parcours d'orientation
	Faire plus que l'autre Améliorer ses performances ( faire plus que soi)	Piloter Rouler Glisser flotter	Hockey Patins à roulettes, vélos et cycles natation
<b>S'adapter au milieu social</b> - prévoir action et réaction - respecter des règles - jouer différents rôles - changer de statut	Entrer en compétition Faire contre Rechercher une stratégie S'associer, coopérer Faire avec Faire ensemble	S'échapper Se sauver Se cacher S'évader Pousser Tirer transporter	Jeux collectifs traditionnels Jeux de combat Jeux de raquettes Jeux de ballons
<b>S'exprimer, communiquer</b> - maîtriser ses émotions - provoquer des émotions	Imiter, reproduire et créer des formes corporelles et des gestes Faire pour l'autre Faire pour soi Faire avec l'autre Faire devant l'autre	Danser Reproduire Imaginer regarder	Rondes Jeux dansés Mime Danse GRS

## DEROULEMENT DE SEANCE

### PHASE D'INSTALLATION ET DE FAMILIARISATION

C'est une phase d'activité pendant laquelle les élèves réalisent de manière spontanée des actions induites par le matériel. Cette phase permet d'entrer dans l'activité avec plaisir et d'agir selon son rythme et ses capacités.

Elle sert aussi de phase d'échauffement ( on peut proposer des petits exercices pendant moins de 5 mn en cas d'activités motrices spécifiques)

#### Rôle de l'enseignant

- suscite l'envie d'agir en aidant, encourageant, stimulant, régulant au milieu des élèves
- donne une consigne ouverte sans indication sur le *quoi* ou *comment faire*. Elle porte uniquement sur le respect de l'autre et du matériel
- organise l'espace/temps et le matériel
- instaure les règles de sécurité et de fonctionnement
- cible les compétences et les besoins de chacun et les hiérarchiser

#### Activité de l'élève

Explore, essaie, recommence, imite, s'exerce, s'organise  
 Se crée des repères par rapport à l'espace et au matériel

### PHASE DE STRUCTURATION

C'est une phase où on permet à l'élève d'enrichir ses réponses par une exploration plus stabilisée. Pour cela, on utilise des consignes de relance, de préférence individualisées.

#### Rôle de l'enseignant

- relance l'activité en s'appuyant sur les découvertes des élèves
- associe les idées des élèves
- donne des choix de solutions multiples
- formalise les actions par la verbalisation

#### Activité de l'élève

Explore et expérimente dans une direction donnée par l'enseignant

### PHASE DE REINVESTISSEMENT

C'est une phase où le dispositif et les consignes recourent à une situation repère dont les caractéristiques représente le problème à résoudre. Le cadre de mise en œuvre est défini par des contraintes de temps, d'espace, de rôles à tenir, de matériel attribué.

#### Rôle de l'enseignant

- permet aux élèves de fixer les solutions efficaces par la répétition
- il quantifie les résultats et évalue
- il fait verbaliser les solutions
- formalise les actions par la verbalisation

#### Activité de l'élève

Cherche une efficacité pour atteindre un but et doit pouvoir avoir un retour immédiat sur son action.

### PHASE DE RETOUR AU CALME

Phase de repos et de retour au calme pour permettre aux enfants de récupérer au niveau cardiaque et émotionnel avant le retour en classe.

#### Rôle de l'enseignant

- rétablit l'attention collective
- permet une canalisation du corps
- met en place un travail sur la respiration pour permettre au cerveau d'engendrer et d'organiser les actions vécues dans la mémoire

**- marcher**

- walking
- gehen
- lopen
- andar

**- quadrupédie**

- crawling
- krabbelen
- op handen en voeten lopen
- andar a gatas

**- courir**

- running
- laufen
- rennen
- correr

**- ramper**

- crawling on their bellies
- kriechen
- kruipen
- arrastrarse por el suelo

**- sauter**

- jumping
- springen
- springen
- saltar

**- franchir**

- crossing over
- übersteigen
- over ... stappen
- sortear obstáculos

**- monter - descendre**

- walking up - walking down
- hinaufgehen - hinuntergehen
- naar boven gaan - naar beneden gaan
- subir - bajar

**- escalader**

- climbing
- klettern
- beklimmen
- camminare

**- glisser**

- sliding
- rutschen
- glijden
- deslizarse

**- s'équilibrer**

- finding a sense of balance
- balancieren
- zijn evenwicht zoeken
- equilibrarse

**- se suspendre**

- hanging
- hängen
- hangen aan ...
- colgarse

**- se renverser**

- turning upside down
- Kopf stehen
- op zijn hoofd staan
- dar una voltereta

**- rouler**

- rolling
- Purzelbäume schlagen
- rollen
- rodar (de costado)

**- lancer - shooter**

- throwing - kicking
- werfen - schießen
- gooien - schieten
- lanzar - chutar

**- pousser - tirer**

- pushing - pulling
- stoßen - ziehen
- duwen - trekken
- empujar - tirar

**- manipuler**

- manipulating
- in die Hand nehmen
- hanteren
- manipular

**- construire**

- building
- bauen
- bouwen
- construir

**- transporter**

- carrying
- tragen
- wegdragen
- transportar

**- sentir - toucher**

- feeling - touching
- fühlen - berühren
- voelen - aanraken
- sentir - tocar

**- coder - décoder**

- understanding
- sehen - verstehen
- coderen - ontcijferen
- codificar - descodificar

**- mesurer - compter**

- measuring - counting
- messen - zählen
- meten - tellen
- medir - contar

**- coopérer**

- cooperating
- etwas gemeinsam tun
- samenwerken
- colaborar

**- s'opposer**

- opposing
- gegeneinander antreten
- staan tegenover ...
- empujarse mutuamente

**- montrer**

- showing
- zeigen
- aanwijzen
- señalar

**- communiquer**

- communicating
- kommunizieren
- een gesprek voeren
- explicar con palabras

