

Le DOUBLE DUTCH

Essai de didactisation

DEFINITION :

Activité sportive collective à intention esthétique, acrobatique, chorégraphique dans la réalisation d'un enchaînement de figures imposées ou libres. Elle peut également être purement athlétique dans la réalisation d'épreuves de vitesse.

Il s'agit d'un jeu interactif où deux tourneurs manipulent deux cordes d'environ 3m50 qui forment des ellipses opposées et alternées dans lesquelles un ou deux sauteurs réalisent des figures acrobatiques ou des performances de vitesse.

PROBLEMES FONDAMENTAUX :

Acquérir des automatismes de saut, de rythme en augmentant le degré de liberté des mouvements.

Maitriser son corps dans une action acrobatique, mouvements en amplitude et en précision, tout en gérant ses efforts. Le piloter par une activité de contrôle dans un espace.

Coordonner ses actions en rythme avec celles de ses partenaires, établir un dialogue en prenant des informations sur les tourneurs, sur les sauteurs, s'adapter les uns aux autres tout en régulant ses actions.

RESSOURCES SOLLICITEES :

Energétiques : mobilisation des différentes filières. Savoir gérer son effort sur des temps de pratique de 40 secondes maximum. Efforts intermittents produits par un enchaînement dynamique d'impulsion/réception où le régime de contraction pliométrique domine selon un rythme défini. Le dosage énergétique est géré par le sujet qui organise son placement et les temps moteurs.

Biomécaniques : locomotion acrobatique. Elle remet en question les modes habituels de l'équilibration. Les actions motrices sont finalisées par des buts d'amplitude, de précision et de maîtrise des déplacements dans l'espace. Les mouvements sont coordonnés : impulsion jambes/bras, placement du bassin en gainage.

Informationnelles : coordination de ses déplacements dans l'espace et en fonction de la vitesse des cordes imprimées par les tourneurs. Savoir anticiper le passage de corde pour déclencher son action. S'adapter aux moments d'actions du ou des sauteurs.

Relationnelles et sociales : créativité, activité chorégraphique qui laisse une liberté d'exécution. Travail en équipe, le degré de communication avec autrui est important, les tourneurs aident le sauteur selon les figures, ils l'accompagnent dans ses actions de déplacement. Rôles différenciés qui permettent à chacun de développer des compétences particulières.

Affectives et émotionnelles : malgré un degré d'incertitude quasi nul par rapport à l'environnement, la rotation des cordes enferme le sauteur dans un espace restreint pouvant être défini comme une bulle virtuelle qu'il ne faut pas toucher. En l'absence d'activité de contrôle moteur, l'émotion est dominante. Les émotions ressenties doivent être régulées pour ne pas créer des mouvements parasites. La prise de risque sera valorisée. Le regard des autres devra être accepté.

Cognitives : la régulation des actions est permanente, elle est liée à l'état de concentration et de vigilance. La création de nouvelles figures ou de nouveaux enchaînements fait appel au vécu et expériences du pratiquant.

ENJEUX EDUCATIFS

Enjeux sociaux : valoriser la communication et la solidarité en développant des conduites d'organisation collective (échauffement, rotation sur les différents rôles dans les situations d'apprentissage) et d'entraide mutuelle (apprentissage par observation, par imitation). Elaboration d'un code commun de référence sur les différentes figures réalisées. Accepter son corps, assumer sa silhouette devant et avec les autres.

Enjeux culturels : découverte d'une activité sociale codifiée (projet de réalisation technique d'un enchaînement), et expression de la créativité personnelle (invention de nouvelles figures) dans un registre de virtuosité et de prise de risque.

Enjeux fonctionnels, moteurs : structurer et exploiter sa motricité d'usuelle à originale : contrôle postural anticipé, (rééquilibration à postériori, construction d'une chaîne musculaire), contrôle perceptif et visuel qui s'organise sur le corps, tourneur, sauteur et les cordes, contrôle proprioceptif et kinesthésique qui gèrent les placements corporels et les impulsions (utilisation des élans). Adapter sa motricité aux engins, cordes, dans des situations inhabituelles, franchir, sauter, se renverser, se réceptionner. Construire des positions et postures essentielles à l'activité, appuis, suspensions. Différencier diverses orientations d'impulsions et leurs conditions d'exécution. Contrôler un engin, la ou les cordes, imprimer une vitesse et une dynamique aux trajectoires.

Compétence attendue (N1) :

Concevoir et présenter un enchaînement maîtrisé de figures libres, choisies en référence à un code commun en équipe de 3 ou 4. Assumer les deux rôles de tourneur et sauteur. Observer et apprécier les prestations à partir de critères simples.

Connaissances

Connaitre le vocabulaire spécifique, tourneur, sauteur, les figures basiques, les actions (gainage, alignement, impulsion...)

Reconnaitre les figures basiques

Etablir et adopter un code commun des actions et des figures et se créer son propre répertoire

Découvrir une pratique sociale avec ses références culturelles, son histoire, ses valeurs.

Les principes de construction d'un enchaînement, les caractéristiques d'entrée, sauts, figures imposées ou libres, sortie, changements de rôles.

Capacités

Coordonner ses actions avec celles des autres

Maîtriser des figures simples, choisir des figures adaptées aux capacités de chacun

Doser son énergie, son tonus et gérer son effort sur l'ensemble de la prestation

Mémoriser son rôle, anticiper sur les figures suivantes, rechercher la continuité

Tourneur : imprimer un mouvement aux cordes régulier et rythmé, décrivant une ellipse à partir d'une action de rotation des poignets, des coudes, synchroniser ses actions avec celles de l'autre tourneur en augmentant ou en réduisant l'amplitude, accompagner le sauteur

Sauteur : se positionner précisément et rapidement, prévoir son espace d'évolution, agir selon les placements de base, prendre des appuis stables, se rééquilibrer, adopter une posture dynamique et anticipatrice, enchaîner élans et impulsions, conserver le rythme.

Spectateur : apprécier et évaluer une prestation.

Attitudes

Solidarité, Coopération, Entraide : être à l'écoute de la prestation des partenaires pour se recaler, accepter les différences, respecter le niveau de progression de chacun, s'observer et donner des conseils.

Curiosité, Découverte, Engagement : entrer dans une activité nouvelle, s'intéresser et apprendre avec les autres, créer, inventer, s'exprimer, essayer, expérimenter le goût et la persévérance

Responsabilité, Mise en projet : être capable d'expliquer et d'apprendre à autrui, de devenir les ambassadeurs de ce nouveau sport.

En tant que spectateur, respecter la prestation de ses camarades en étant attentif et silencieux.

CYCLE DOUBLE DUTCH LYCEE JM MICHOTTE 2010

OBJECTIFS DECOUVERTE de l'ACTIVITE :

Santé : Sauter renforce le rythme cardio vasculaire, respiratoire, les muscles jambiers et fessiers et tonifie le dos, les épaules et la sangle abdominale, améliorant vitesse et motricité.

Citoyenneté : travail en équipe, coopération, mixité dans un sport attirant particulièrement un public féminin mais où chacun trouve une forme de pratique lui correspondant, solidarité et échanges permettant de valoriser l'implication des pratiquants à tout niveau que ce soit.

ETAPES :

Acquisition du tournage sans sauteur

Acquisition du saut dans les cordes (avec une corde dans un premier temps, puis avec 2 cordes)

Fondamentaux : entrée, saut, sortie

Coordination, rythme et changement de rôles

Figures basiques, les imposés

Création, faire dans les cordes, en dehors, enchaînement libre

ENJEU DE FORMATION :

Adapter sa motricité aux engins, cordes, dans des situations inhabituelles, franchir, sauter, se renverser, se réceptionner.

Construire des positions et postures essentielles à l'activité, appuis, suspensions.

Différencier diverses orientations d'impulsions et leurs conditions d'exécution.

Contrôler un engin, la ou les cordes, imprimer une vitesse et une dynamique aux trajectoires.

BILAN DE CYCLE

COMPETENCES DEVELOPPEES :

Construire un code de référence : explorer des postures et positions, se représenter les formes d'action.

S'adapter, transformer sa motricité : par un repérage visuel, proprioceptif, anticiper sur l'action suivante pendant la réalisation d'un enchaînement, se représenter le bon moment de l'action

Présenter un enchaînement collectif : s'entraider (coopération du groupe dans la construction de l'enchaînement), faire un projet (enchaînement avec exigences et critères), présenter (prestation vue et appréciée).

Etre capable d'expliquer et d'apprendre à autrui : analyser, identifier, comprendre, chercher des solutions, s'entraider.

DEMARCHE D'APPRENTISSAGE :

Démarche incitative de projet dont les moyens mis en œuvre sont le fruit d'une interaction entre élèves et enseignants et élèves entre eux.

Les modalités de la démarche sont une introduction progressive de la technique, de la création de l'enchaînement, un guidage, une réponse aux savoirs désirés par les élèves, une expression des sensations et des « trucs » relatifs à la réussite ou à l'échec.

Phase de découverte : entrée dans l'activité à partir de la motivation spontanée, exploration sensorimotrice des habiletés et apprentissage incident.

Phase de guidage : à partir de l'identification des difficultés rencontrées, l'élève attribue à ses échecs et à ses réussites des causes identifiables et contrôlables afin d'envisager l'apprentissage utile, dont le sens est connu. Guidage cognitif des apprentissages de mode prescriptif avec des critères observables simples et concrets. Guidage de mode dévolutif orientant l'apprentissage à partir des décisions autonomes, choix des groupes critères de maîtrise.

Phase de création : dans un but de performance, amener les groupes à utiliser leur imaginaire pour réaliser un projet d'enchaînement.

Nous pouvons parler **d'apprentissage expérientiel**, développement moteur, approche par compétences, apprentissage coopératif, **dynamique de groupe**.

MOTIVATION :

Le groupe est une ressource pour l'action, il engendre un travail important et une observation pertinente. Il s'agit de s'appuyer sur un contexte collectif pour articuler les actions individuelles. Recherche de cohésion et de mise en valeur des interactions utiles.

L'imitation a été un processus actif, avec confrontation des progrès, du débutant vers le plus expert, l'hétérogénéité des réponses a permis les confrontations et la recherche de solutions communes.

L'idée de partage d'expérience sur cette activité nouvelle, entre élèves et aussi en réseau d'établissement, prolonge l'engagement des élèves. Un travail transdisciplinaire avec le professeur de Français sur la

présentation de l'activité, sur les impressions perçues durant le cycle, sur la communication à travers le blog et sur la réalisation d'une exposition, a été réalisé.

Un projet valorisant, une finalité de rencontre des élèves impliqués dans les différents établissements à concrétiser : une rencontre au Lycée JM Michotte dans un premier temps avec l'accueil de l'équipe de France de Double Dutch la 1ère semaine de Juin 2010, date à fixer. Un évènement qui va montrer l'important développement de ce sport nouveau, neuf, qui va aussi permettre un échange sur les pratiques, du débutant au confirmé.

L'ACTION DIDACTIQUE ET PEDAGOGIQUE EN DOUBLE DUTCH

Notre expérience... expérimentation...

Du côté des enseignants, nous devons mener une réflexion au fur et à mesure, presque en instantané pour identifier le problème, analyser la difficulté rencontrée et tenter d'apporter une réponse avec des critères de réalisation, des indicateurs observables.

Travail interactif intéressant car les élèves aussi sont dans la recherche de solutions, donc échange et partage des solutions trouvées.

Il nous a fallu déclencher un regain d'intérêt en proposant des situations, des étapes de progression, des transformations envisageables, réalisables.

La difficulté pour nous, c'est de ne pas savoir si la situation, la tâche va déclencher une transformation, si la situation de remédiation va porter les effets escomptés car nous n'avons pas connaissance nous même de "ce qu'il y a à faire pour"...

L'absence de connaissance de l'activité, l'absence d'expérience, de vécu est un véritable handicap. Pas de savoirs identifiables, pas de "littérature" sur les compétences et contenus, les savoirs sont à construire chez nous.

C'est assez déstabilisant car nous avons l'impression d'être démunis et en même temps cette mise en danger dans nos pratiques enseignantes permet de se poser de s'interroger et de s'investir sur la didactisation de l'activité... une nécessité.

En fait nous apprenons au fur et à mesure des comportements moteurs observés de nos élèves, un laboratoire en quelque sorte. Nous gérons "au coup par coup".

Pour préparer la leçon, nous faisons des hypothèses en partant des conduites typiques de nos élèves, nous cherchons des variables didactiques, nous faisons beaucoup de suppositions.

Nos sources sont le Livret Double Dutch de la Fédération Française de Double Dutch, les vidéos du site et les situations d'apprentissage proposées. Le travail sur les contenus d'enseignement est prioritaire. Quoi faire, dans quel but, quelle acquisition... les tâches...

Pour chaque leçon nous avons une constante de création qui nous semble nécessaire dans la pratique de l'activité qui s'avère être très technique!

Importance de l'inventivité, laisser libre cours à... un temps de création par groupe avec présentation d'un enchaînement mais les élèves sont limités par la technique non maîtrisée.

EVALUATION DES ELEVES

Le meilleur élève arrive à enchaîner entrée, une dizaine de sauts dans les cordes avec acrobaties, type salto, renversement sur les mains, originalité des figures et enchainements, et sortie. Les deux tiers des élèves sont en situation de réussite sur l'entrée et les sauts dans les cordes, avec des sauts de plus en plus recherchés. Les fondamentaux, entrée, sauts, sortie, sont maîtrisés par la quasi-totalité des élèves. Il reste encore beaucoup de mouvements parasites, d'approximations dans la réalisation motrice, la technique non maîtrisée est un facteur limitant. Deux élèves sont en difficulté pour l'acquisition du saut dans les cordes.

La prestation est construite, travaillée en équipe, les enchainements mémorisés. L'idée de collaboration des tourneurs et sauteurs est parfaitement intégrée de façon à faciliter l'épanouissement de chacun, très bonne communication dans le groupe classe autour de ce projet commun.