

Ma routine en

# Volleyball

2e année du 1er cycle



SITUATION D'APPRENTISSAGE ET  
D'ÉVALUATION AU SECONDAIRE

Production du Service des ressources  
éducatives au secondaire

Nancy Lessard, enseignante en  
collaboration avec Maxime Brosseau,  
conseiller pédagogique en éducation  
physique et à la santé

1<sup>er</sup> juin 2013

Titre	Nombre de périodes
Ma routine en volleyball	4 périodes de 75 minutes

<b>Intention pédagogique</b>	<p>Lors de cette situation d'apprentissage, l'élève sera amené à développer les éléments techniques spécifiques aux actions en volleyball. L'élève devra créer une routine de dix contacts en fonction du niveau de difficulté déterminée (débutant, intermédiaire ou avancé). Cette routine devra inclure des actions plus ou moins complexes telles que la touche, la manchette, le service par-dessous, le service par-dessus ainsi que le smash et des déplacements. Cet enchaînement pourra également se faire au mur.</p> <p>En plus de créer sa routine, l'élève doit l'exécuter en filmant sa prestation finale. Cette vidéo sera commentée par l'élève en guise d'autoévaluation afin de déterminer les éléments à réinvestir ou les défis à travailler dans la pratique du volleyball.</p>
------------------------------	--

<b>Domaine général de formation</b>	<b>MÉDIAS</b>
	<small>AXE DE DÉVELOPPEMENT</small> : Appropriation du matériel et des codes de communication médiatique

<b>Compétence transversale</b>	<b>Se donner des méthodes de travail efficaces</b>
--------------------------------	--

<b>Compétence disciplinaire</b>	Agir dans divers contextes de pratiques d'activités physiques
---------------------------------	---

**Ressources  
(contenu de  
formation)  
à mobiliser par  
l'élève  
du 1<sup>er</sup> cycle**

**Maitrise des connaissances liées à l'Agir dans divers contextes de pratique d'activités physiques :**

**Savoirs**

**Les perceptions kinesthésiques :**

- Décrire la position appropriée de son corps ou des parties de son corps par rapport à un objet, à un outil ou à l'espace

**Les éléments techniques de l'action liés aux activités :**

- Nommer les éléments techniques liés à l'exécution de différentes actions motrices selon l'activité physique pratiquée

**Savoir-faire**

**Les principes de synchronisation :**

- Recevoir un objet en se déplaçant vers son point de chute

**Les actions de manipulation :**

- Le maniement d'objets avec ou sans outil
  - o Manier divers objets en appliquant une technique appropriée
- La projection d'objets avec ou sans outil
  - o Exécuter une variété de frappes avec ou sans outil en appliquant une technique appropriée

**Évaluation**

Type(s) d'instrument(s) de mesure		Personne(s) impliquée(s)			
Questionnement	Grille d'appréciation	Enseignant-groupe		Élève(s) - élève(s)	
Grille d'observation	Autre(s)	x	Enseignant-élève(s)	x	Élève seul

Critères d'évaluation	Éléments observables	Critère de réussite
<b>Cohérence de la planification</b>	Sélection d'une variété d'actions motrices et d'enchaînements en fonction des capacités personnelles et des contraintes de l'activité	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ L'élève sélectionne ou crée une routine composée de dix contacts à exécuter en fonction de ses capacités personnelles.</li> </ul>
<b>Efficacité de l'exécution</b>	<p>Exécution et ajustement : d'actions motrices et d'enchaînements (intégration d'éléments techniques)</p> <p>Application de règles de sécurité</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ L'élève exécute et ajuste sa routine en intégrant les éléments techniques spécifiques au volleyball.</li> <li>▪ L'élève applique en tout temps les consignes de sécurité présentée par l'enseignant.</li> </ul>
<b>Pertinence du retour réflexif</b>	Évaluation de la démarche, du plan d'action et des résultats	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ L'élève évalue sa démarche et ses résultats au niveau de la réussite et des défis à relever.</li> </ul>

## Résumé de la situation d'apprentissage

PHASES DE LA SITUATION	
<b>Préparation</b>	
ACTIVITÉ 1 ACTIVATION DES CONNAISSANCES ANTÉRIEURES	- Questionnement et activation des connaissances antérieures en volleyball
ACTIVITÉ 2 PRÉSENTATION DU MOYEN D'ACTION	- Présentation d'une courte vidéo sur le lien suivant : <a href="http://www.youtube.com/watch?v=BVuZ9n4CfHU">http://www.youtube.com/watch?v=BVuZ9n4CfHU</a>
ACTIVITÉ 3 EXPLICATION PRODUCTION ATTENDUE	- L'enseignant présente et explique la tâche à réaliser - Présentation des contraintes liées à la tâche - Présentation des critères d'évaluation
<b>Réalisation</b>	
ACTIVITÉ 4 EXERCICE TECHNIQUE : TOUCHE ET MANCHETTE	- Présenter les éléments techniques liés à la touche ( <a href="#">annexe 1</a> ) - Présenter les éducatifs de touche - Présenter les éléments techniques liés à la manchette ( <a href="#">annexe 1</a> ) - Présenter les éducatifs de la manchette
ACTIVITÉ 5 EXERCICE TECHNIQUE : SERVICES ET SMASH	- Présenter les éléments techniques liés au service par-dessous et au service par-dessus. ( <a href="#">annexe 2</a> ) - Présenter les éducatifs des services - Présenter les éléments techniques liés au smash ( <a href="#">annexe 3</a> ) - Présenter les éducatifs liés au smash
ACTIVITÉ 6 CRÉATION DE LA ROUTINE	- Présenter les niveaux de difficulté - Débuter la création de son enchaînement ( <a href="#">annexe 4</a> )
ACTIVITÉ 7 EXÉCUTION ET AJUSTEMENT DE LA ROUTINE	- Exécution et ajustement de la routine - Utilisation de la capture vidéo (démarche en <a href="#">annexe 5</a> ) - Observation et régulation de l'enseignant ( <a href="#">annexe 6</a> )
ACTIVITÉ 8 PRESTATION DE L'ÉLÈVE	- Utilisation de la capture vidéo pour la prestation finale
<b>Intégration</b>	
ACTIVITÉ 9 COMMENTER LA PRESTATION	- Retour réflexif de la prestation commenté par l'élève - Évaluation de la vidéo par l'enseignant ( <a href="#">annexe 6</a> )

# LES ACTIVITÉS DE LA 2<sup>e</sup> ANNÉE DU 1<sup>er</sup> CYCLE

## ACTION EN CLASSE

### Préparation

Activité 1	ACTIVATION DES CONNAISSANCES ANTÉRIEURES	1 <sup>er</sup> cours
		5 minutes

## QUESTIONNEMENT SUR LES CONNAISSANCES DES ÉLÈVES EN VOLLEYBALL

- Dans les cours d'éducation physique et à la santé, as-tu pratiqué le volleyball par le passé?
- Peux-tu me nommer des actions ou techniques que tu connais? (touche, manchette, service par-dessous, service par-dessous. etc.) Demander aux élèves de démontrer ses actions et d'énoncer les principaux éléments techniques s'y rattachant.
- Dans les trois prochains cours, vous devrez réaliser ses actions sous forme de routine composée de dix contacts et essayer les différentes actions énumérées précédemment.

Activité 2	PRÉSENTATION DU MOYEN D'ACTION UTILISÉ : PRÉSENTATION D'UNE ROUTINE EN VOLLEY	1 <sup>er</sup> cours
		5 minutes

Présentation d'une courte vidéo présentant un exemple d'actions possibles en volleyball de niveau avancé. Vous trouverez la vidéo sur le lien internet suivant : <http://www.youtube.com/watch?v=BVuZ9n4CfHU>



Activité 3	PRÉSENTATION DE LA PRODUCTION ATTENDUE ET DES ÉLÉMENTS OBSERVABLES	1 <sup>er</sup> cours
		5 minutes

**L'enseignant présente et explique la tâche à réaliser :**

- Chaque élève devra créer une routine de dix contacts en fonction du niveau de difficulté déterminé (débutant, intermédiaire ou avancé). Ces niveaux seront présentés à l'activité 6.
- Cette routine devra inclure l'ensemble des actions plus ou moins complexes telles que la touche, la manchette, le service par-dessous, le service par-dessus ainsi que le smash et des déplacements.
- Cet enchaînement pourra également se faire en utilisant le mur ou le sol afin d'effectuer des rebonds.
- Lorsque la routine sera créée et bien exécutée, l'élève doit réaliser sa prestation finale en utilisant la capture vidéo.
- Cette vidéo sera ensuite commentée par l'élève en guise d'autoévaluation afin de déterminer les éléments à réinvestir ou les défis à travailler dans la pratique du volleyball.
- Les élèves seront évalués selon le niveau de difficulté choisi en fonction de leurs capacités personnelles, de l'exécution des éléments techniques liés aux actions de volleyball et à la qualité du retour réflexif de sa prestation.

## Réalisation

Activité 4	EXERCICE TECHNIQUE : TOUCHE ET MANCHETTE	1 <sup>er</sup> cours
		60 minutes

Présenter les éléments techniques liés à la touche et à la manchette (voir [annexe 1](#)). Il est possible de disposer les [annexes 1, 2 et 3](#) au gymnase. De plus, un DVD de présentation est offert en guise de ressources externes à l'élève. Cet outil présente des démonstrations d'élèves ainsi que les éléments techniques associés.

Présenter les éducatifs de la touche selon l'ordre suivant : (30 minutes)

*Il est possible de présenter ces éducatifs sous forme de défis*

1. Démonstration des éléments techniques de la touche
2. Touches avec ballon lancé par-dessus la tête  
(Les élèves seront jumelés.)
3. Touches, seul avec ballon.
4. Touches au mur  
(Offrir un point de repère aux élèves afin de conserver une hauteur suffisante.)

Présenter les éducatifs de la manchette selon l'ordre suivant : (30 minutes)

*Il est possible de présenter ces éducatifs sous forme de défis*

1. Démonstration des éléments techniques de la manchette
2. Manchettes avec ballon lancé par-dessus la tête  
(Les élèves seront jumelés.)
3. Manchette au mur  
(Offrir un point de repère aux élèves afin de conserver une hauteur suffisante.)
4. Manchette seul

Activité 5	EXERCICE TECHNIQUE : SERVICES ET SMASH	Cours 2
		50 minutes

Présenter les éléments techniques liés au service par-dessous et au service par-dessus. (voir [annexe 2](#)). Il est possible de disposer les [annexes 1, 2 et 3](#) au gymnase ainsi qu'un téléviseur ou portable avec DVD.

Présenter les éducatifs du service par-dessous et par-dessus selon l'ordre suivant : (40 minutes au total)

*Il est possible de présenter ces éducatifs sous forme de défis*

Éducatif du service par-dessous (20 minutes) :

1. Service au mur en reculant lorsqu'on atteint une zone cible  
*Offrir un point de repère aux élèves afin de conserver une hauteur suffisante.*
2. Service sur le terrain (avec filet) en reculant jusqu'à la ligne de fond  
(Les élèves seront jumelés.)

Éducatif du service par-dessus (20 minutes) :

1. Service au mur en reculant lorsqu'on atteint une zone cible  
*Offrir un point de repère aux élèves afin de conserver une hauteur suffisante.*
2. Service sur le terrain (avec filet) en reculant jusqu'à la ligne de fond  
(Les élèves seront jumelés.)

Présenter les éléments techniques liés au smash et présenter les éducatifs selon l'ordre suivant : (10 minutes au total)

*Il est possible de présenter ses éducatifs sous forme de défis.*

Éducatif du smash (pied au sol) (10 minutes) :

1. Smash au sol avec rebond au mur à une distance de 2 m du mur et attraper le ballon.
2. Smash au sol avec rebond au mur à une distance de 2 m du mur de manière continu. Il est possible de reculer lorsque les élèves ont le contrôle du ballon.  
(Cette action sera imposée pour les élèves de niveau avancé seulement.)

Activité 6	CRÉATION DE LA ROUTINE	Cours 2
		15 minutes

**Présenter les niveaux de difficulté :**

Débutant : un enchaînement dix contacts composés de deux actions imposées

- Dix contacts incluant les actions suivantes : touche, manchette (possibilité d'utiliser le mur et le rebond)

Intermédiaire : un enchaînement de dix contacts composés de trois actions imposées

- Dix contacts incluant les actions suivantes : touche, manchette, service par-dessous ou smash au mur (possibilité d'utiliser le mur et le rebond)

Avancé : un enchaînement de dix contacts composés de quatre actions imposées

- Dix contacts incluant les actions suivantes : touche, manchette, service par-dessous ou service par-dessus, smash au mur (possibilité d'utiliser le mur, le rebond, le tour et le demi-tour)

À l'aide de l'[annexe 4](#), l'élève débute la création de son enchaînement en indiquant le niveau de difficulté choisi et les dix contacts à réaliser.

Activité 7	EXÉCUTION ET AJUSTEMENT DE LA ROUTINE	Cours 3 et 4
		100 minutes

L'élève pratique sa routine et réalise son choix de dix actions selon son niveau de difficulté. Il peut répéter sa routine autant de fois qu'il le veut et utiliser la capture vidéo pour des fins d'ajustement. Ce dernier doit utiliser la vidéo lorsque sa routine sera maîtrisée. L'enseignant supervise les élèves dans leur démarche. Afin d'assurer la sécurité du matériel et des élèves. Il est suggéré de délimiter des zones de travail dans le gymnase : un espace d'entraînement pour élaborer sa routine, espace de capture vidéo délimité par des cônes.

À cet effet, il est possible d'utiliser plusieurs outils pour la capture vidéo (tablette numérique, caméra vidéo ou ordinateur portable muni d'une caméra Web). Dans ce cas, vous pouvez utiliser le logiciel Kinovéo à l'aide d'un portable muni d'une caméra Web. Ce logiciel est déjà installé dans le dossier « logiciel pédagogique » des postes de travail de la Commission scolaire des Affluents (CSA). Vous trouverez en [annexe 5](#), la marche à suivre pour son utilisation.

À l'aide de la grille d'observation de l'[annexe 6](#), l'enseignant observe et offre une régulation aux élèves (voir *colonne observation*).

Activité 8	PRESTATION DE L'ÉLÈVE	Cours 4
		40 minutes

L'élève réalise son enchaînement de dix actions selon son niveau de difficulté choisi. Il doit utiliser la capture vidéo pour filmer sa prestation finale. L'élève doit remettre sa fiche de l'élève ([annexe 4](#)) et immédiatement faire l'activité 9 afin de commenter sa prestation.

### Intégration

Activité 9	COMMENTER LA PRESTATION	Cours 4
		10 minutes

À la suite de sa prestation, l'élève sera appelé à visionner et à commenter ses actions en guise d'autoévaluation afin de déterminer un élément à réinvestir et un défi à travailler dans la pratique du volleyball. Ce retour réflexif sera également enregistré à l'aide du logiciel Kinovéo. Vous trouverez en annexe la marche à suivre ([annexe 5](#)).

Cette démarche permettra de conserver les traces (vidéo de la prestation et la fiche de l'élève) lors de cette situation d'apprentissage et d'évaluation. Ainsi, à l'aide de la grille d'observation de l'[annexe 6](#), l'enseignant évalue les vidéos et les fiches des élèves (voir *colonne évaluation*).

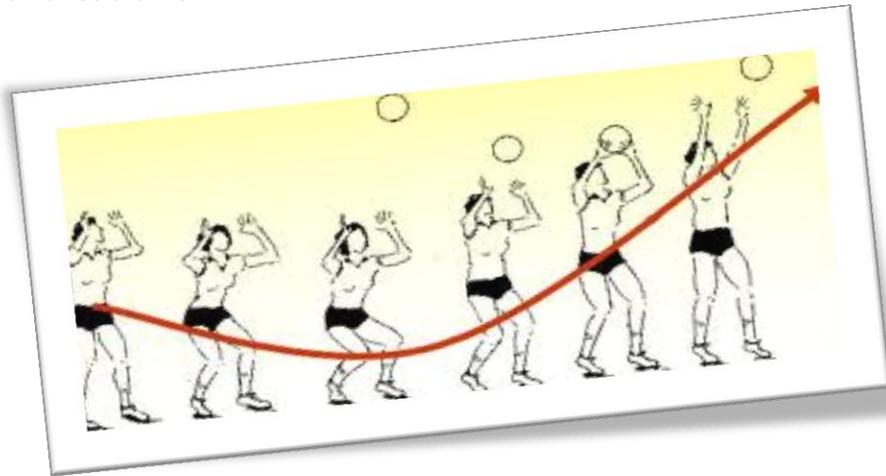


## Annexe 1

Éléments techniques liés  
à la touche et à la manchette

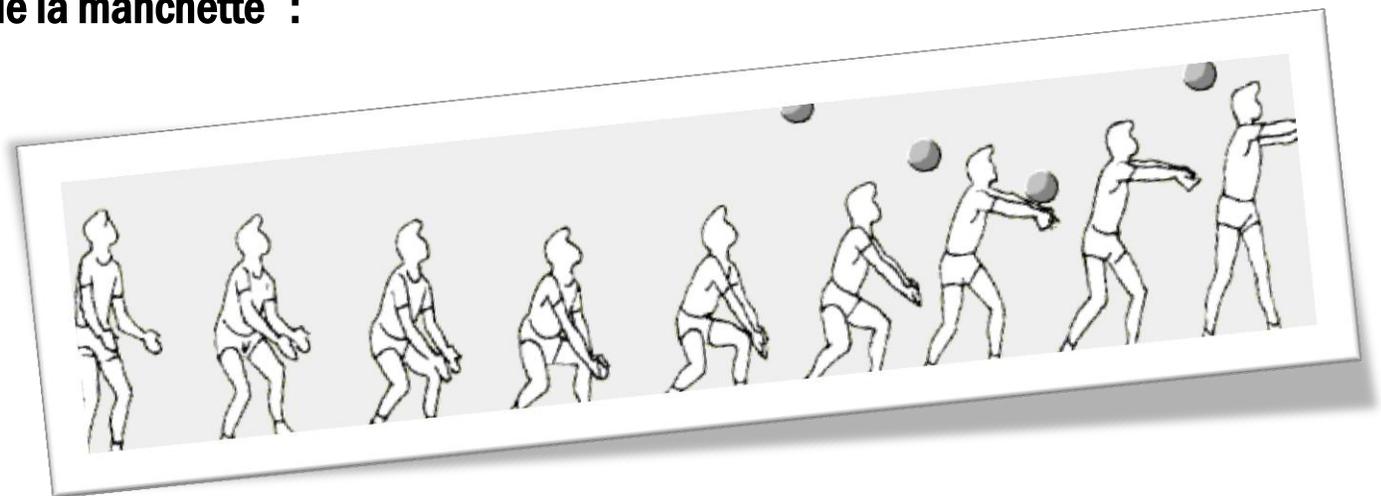


### Voici les éléments techniques de base de la touche :



1. Les pieds sont à la largeur des épaules et les genoux sont fléchis.
2. Les paumes se font face et les mains sont « rondes ».
3. Les bras sont en extension et le corps est sous le ballon.

### Voici les éléments techniques de base de la manchette :



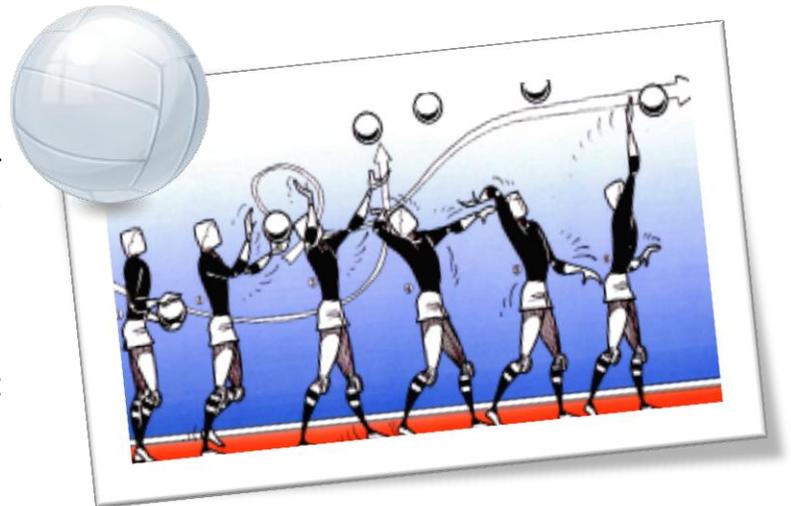
1. Les pieds sont à la largeur des épaules et les genoux sont fléchis.
2. Les mains sont l'une dans l'autre et les poignets sont « cassés » vers le sol pour bloquer les coudes.
3. Il y a transfert de poids par la poussée du pied arrière.

Source des images : image 1 <http://www.volleyball.cvjm-heidelberg.de/Lehrgang/lehrgang.html>  
image 2 <http://www.netschool.de/spo/skript/sskript5.htm>



### Voici les éléments techniques de base liés au service par-dessous :

1. Pieds en position avant-arrière à la largeur des épaules. Le bassin et les pieds pointent vers la cible.
2. Le ballon est tenu bien en ligne avec l'épaule du bras de frappe à la hauteur du bassin
3. Le bras de frappe effectue un mouvement avant-arrière.
4. Lors du mouvement de frappe, il y a transfert de poids du pied arrière vers le pied avant.

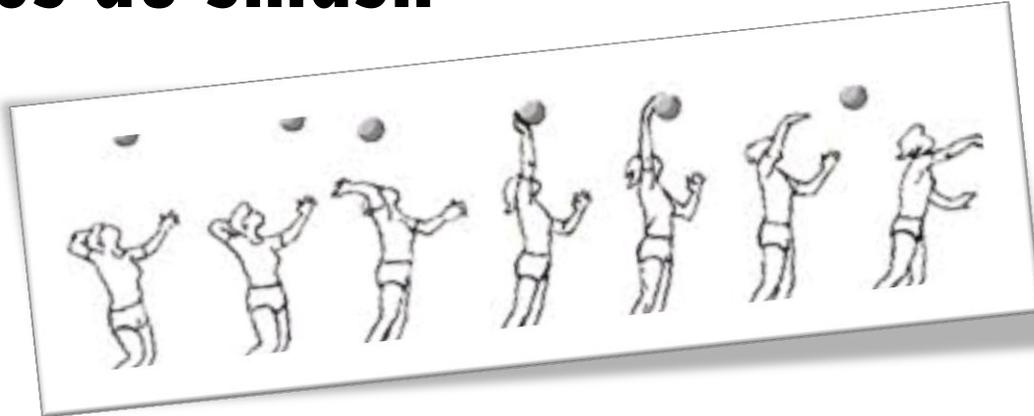


### Voici les éléments techniques de base liés au service par-dessus :

1. Les pieds et les épaules sont orientés vers la cible. La main de frappe est ouverte pour être prête à exécuter le service.
2. Le ballon doit être lancé au-dessus de la tête. Lors du lancer du ballon, la main reste élevée afin de servir de point de repère. Le bras attaquant est armé et prêt à frapper.
3. Lors du lancer du ballon, il y a transfert de poids du pied arrière vers le pied avant.



# Éléments techniques liés au smash



## Voici les éléments techniques de base liés au smash au mur :

1. À l'approche du ballon, les pieds sont en position avant-arrière à la largeur des épaules. Le bassin et les pieds pointent vers la cible. Le bras attaquant est armé et prêt à frapper.
2. Lors du contact, le ballon est en avant et au-dessus de la tête. Le bras est en extension complète, prolongé par une élévation de l'épaule au moment du contact du ballon.
3. Le mouvement se termine par une action de fouet du poignet au-dessus du ballon.

## Lors d'un smash au filet :

l'approche au filet se fait en diagonale. La course d'élan comporte une suite de pas particulière : gauche-droite-gauche (pour un droitier) suivie d'un blocage avant de sauter en hauteur et non en longueur.



Nom de l'élève : \_\_\_\_\_

Groupe : \_\_\_\_\_

# Routine en volleyball

## Choisis le niveau de difficulté de ta routine :

débutant    intermédiaire    avancé

**Débutant** : un enchaînement de dix contacts composés de deux actions imposées

- Dix contacts incluant les actions suivantes : touche et manchette (possibilité d'utiliser le mur et le rebond)

**Intermédiaire** : un enchaînement de dix contacts composés de trois actions imposées

- Dix contacts incluant les actions suivantes : touche, manchette, service par-dessous ou smash au mur (possibilité d'utiliser le mur et le rebond)

**Avancé** : un enchaînement dix contacts composés de quatre actions imposées

- Dix contacts incluant les actions suivantes : touche, manchette, service par-dessous ou service par-dessus, smash au mur (possibilité d'utiliser le mur, le rebond, le tour et le demi-tour)

## Inscris l'ordre des actions de ta routine :

Routine en volleyball									
Action 1	Action 2	Action 3	Action 4	Action 5	Action 6	Action 7	Action 8	Action 9	Action 10

1. Utiliser la capture vidéo pour capter ta prestation finale.
2. Ensuite, visionne ta prestation finale.
3. Identifie un élément réussi et un élément à travailler dans tes actions lors de ta prestation finale.
4. Enregistrer tes commentaires en indiquant les éléments identifiés en guise de retour sur ton vidéo de prestation finale.

Évaluation de l'enseignant				
Cohérence de la planification	Efficacité de l'exécution		Pertinence du retour réflexif	RÉSULTAT FINAL
Éléments observables				
Sélection d'une variété d'actions motrices et d'enchaînements en fonction des capacités personnelles et des contraintes de l'activité	Exécution et ajustement : d'actions motrices et d'enchaînements (intégration d'éléments techniques)	Application de règles de sécurité	Évaluation de la démarche, du plan d'action et des résultats	

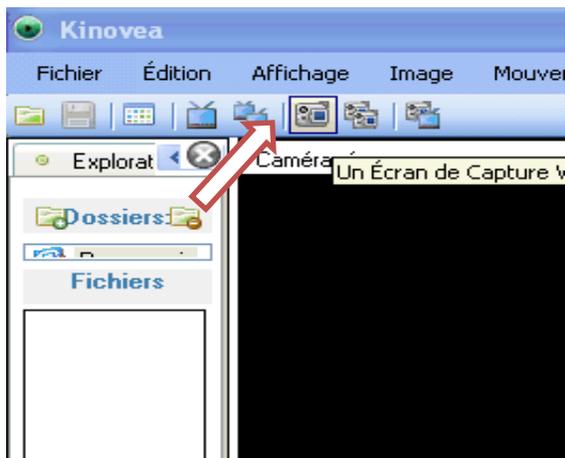


# Procédure Kinovéa

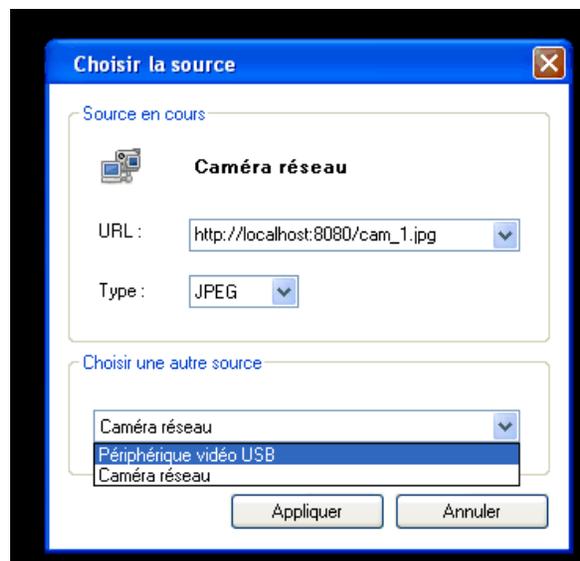
## version 0.8.15

Marche à suivre avec illustration pour chaque étape afin de capter et commenter une prestation finale

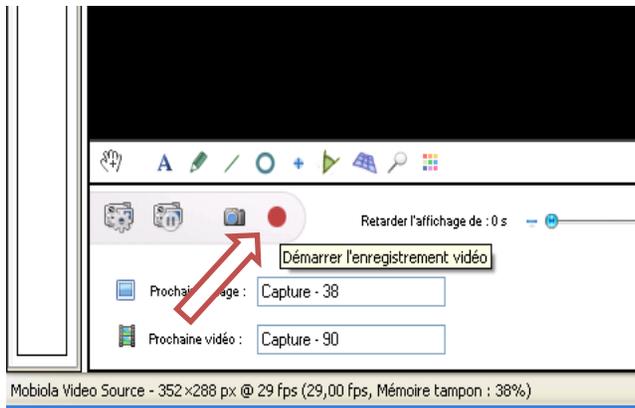
### 1. Choisir un écran de capture (avec l'icône).



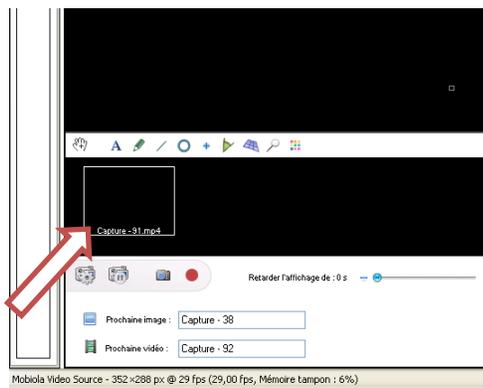
2. Une fois l'écran noir affiché, vous pouvez cliquer sur le bouton droit de ta souris. Une fenêtre va s'afficher. Sélectionner « Choisir la source » et ensuite « Périphérique vidéo USB » en bas de la fenêtre.



**3.** Utiliser les touches situées au bas de l'écran afin de débiter l'enregistrement.



**4.** Une fois l'enregistrement terminé, la vidéo sera affichée en miniature au-bas l'écran, sélectionne-la.



**5.** Lorsque la vidéo sera ouverte, l'écran sera divisé par un écran de capture et un écran de lecture. L'écran de droite (écran de lecture) permet de visionner la vidéo. Au bas de cet écran se trouve une boîte de dialogue « montrer les commentaires » où l'élève peut indiquer avec le clavier, les éléments liés au retour de la démarche de travail. L'onglet fichier, situé en haut de l'écran, vous permet d'enregistrer la vidéo ainsi que les commentaires de l'élève.

