

## **Activité Aviron pour les élèves de première en option EPS du lycée Notre Dame du Voeu, Hennebont :**

Dans un premier temps, je vais présenter les objectifs de mes élèves dans cette activité.

- *Développer ses compétences motrices* : en effet, il a fallu un certain temps à mes élèves pour stabiliser ce geste technique qui est relativement complexe, qui nécessite de la motricité fine tout en privilégiant la poussée des jambes. Ils ont eu du mal à sentir ce fameux relâchement, cette souplesse dans ce geste technique. Plus les séances avançaient, plus les progrès étaient visibles.

- *Développer ses compétences sociales* : C'est une discipline qui peut se pratiquer « en solo » (turbovirus, embarcation individuelle) et/ou à plusieurs, sur des yolettes (embarcation de 4 élèves avec ou sans barreur) ainsi que sur des embarcations pour 2 élèves parfois. La mise en place des embarcations sur le Blavet nécessite une organisation collective, porter les embarcations jusqu'au Blavet et les ranger à la fin de la séance dans le site du club, emmener puis ramener les avirons, les sièges, laver les manches des avirons ( covid oblige ), etc. Au début du cycle, les élèves aidaient avec parcimonie et au fur et à mesure des séances, ils ont pris goût à cet effort collectif et à cette discipline à mettre en place. J'ai trouvé également mes élèves attentifs aux conseils prodigués par les entraîneurs et encadrants tout en ayant une attitude respectueuse.

- *Développer ses compétences méthodologiques* : Les entraîneurs et encadrants ont donné de nombreuses consignes et méthodes pour être en sécurité dans son embarcation et sur l'eau, par exemple « scier » c'est à dire stopper l'embarcation le plus rapidement possible en cas de danger, d'urgence. Mes élèves ont également appris toutes les sortes de manœuvres à réaliser pour pouvoir se dépatrer d'une situation délicate. Lors de ces 12 séances, un seul élève est tombé de son embarcation, ce qui représente un ratio plus que correct étant donné ce groupe de 20 élèves. Ils ont également appris à « lire » un plan d'eau, en fonction de la marée, des courants, du vent, etc.

Il est important de signifier que l'acquisition de ces compétences ne s'est pas déroulée par magie. Les entraîneurs et encadrants ont fait un super travail avec mon groupe, tous mes élèves ont clairement progressé, certains plus vite que d'autres évidemment mais chaque élève est singulier. Les nombreuses consignes, conseils techniques étaient pertinents et de qualité. Les objectifs du passage du brevet bronze, argent en aviron ont été atteints. La mise en place d'un devoir sur les connaissances théoriques, sur le vocabulaire spécifique ont permis également d'enrichir ce parcours de formation.

Je tiens pour finir à remercier Jean-Louis Hervault et ses collègues pour leurs compétences et leur bonne humeur. Il m'a d'ailleurs dit que c'est un groupe de qualité et qu'ils ont pris plaisir à travailler avec mes élèves et c'est totalement réciproque.

Je conseille quand cela est faisable à tous les lycées du Morbihan de pratiquer cette activité avec leurs élèves. C'est une discipline singulière, riche en compétences.