



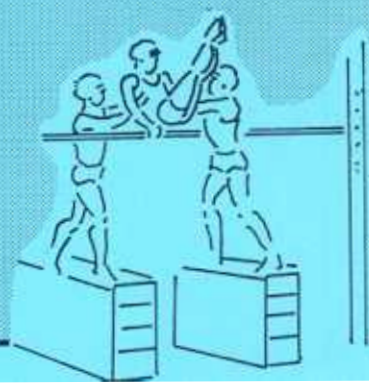
AIDE

ET

SURVEILLANCE

AUX

AGRÈS



## L'AIDE ET LA SURVEILLANCE AUX AGRES une tâche pour le maître et pour les élèves

Dans le cadre de l'éducation physique, l'enseignant ne peut aider un seul élève devant plus de vingt spectateurs.

L'aide, par les enfants, permet à l'enseignant une meilleure disponibilité et une vue d'ensemble. Le rendement de la leçon augmente.

L'aide diminue la peur, donne de l'assurance, facilite le bon déroulement du mouvement, permet une progression plus rapide.

L'aide permet, dans un cadre très précis, le contact physique entre deux enfants. Elle fait apparaître le don de soi pour la réussite de l'autre.

Dans une société tournée vers la consommation et le repli sur soi, l'aide demande le respect de l'autre et la volonté de collaborer, de dialoguer.



Après le verbe "aimer",  
"aider" est le plus beau verbe du monde.

Baronne Berthavon Suttner

L'aide ne s'improvise pas. La connaissance de certains principes de base et des différentes prises est indispensable.

## LE PLACEMENT

Permet de réduire le poids de la charge

- Se placer le plus près possible de l'exécutant, sans gêner ses mouvements.
- Garder les bras le plus fléchis possible; plus les bras du pateur sont tendus, plus celui-ci risque de se faire mal au dos.
- Tenir le plus près possible du tronc.

Pour la personne aidée, les risques de blessures des articulations seront diminués. La sensation du bon mouvement sera meilleure parce que plus proche du centre de gravité.

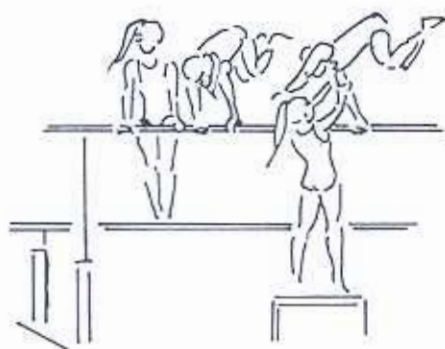
Pour les aides, la charge sera moindre et assurera une meilleure tenue.



## LE DEROULEMENT DE L'EXERCICE

Le pateur doit s'engager totalement. Il doit absolument

- Connaître la technique du mouvement et ses points dangereux.
- Anticiper les déplacements et par conséquent dégager les trajectoires. Eviter de croiser les jambes dans un déplacement, le pas chassé est le plus sûr.
- Communiquer clairement avec son partenaire. ( quel est le mouvement, quelle sera l'aide, convenir du moment du départ...)





## LES DANGERS

### Les articulations

- Eviter de tenir au niveau des articulations ( peut faire mal et limite l'amplitude des mouvements.)

### Le dos

- Eviter d'aider au niveau de la lordose lombaire ( peut favoriser un "cintre passif".)

### Les vêtements

- Eviter les habits amples ( le pareur peut se retourner un doigt pris dans les tissus.)

## LES RESPONSABILITES

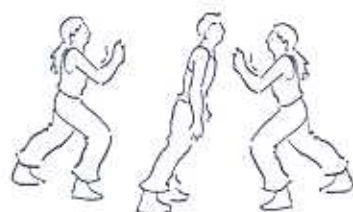
Le maître se sent naturellement responsable des élèves, mais les enfants ne sont pas toujours conscients de la responsabilité qu'ils endossent. Certains n'aiment pas la gymnastique ou les agrès, mais ils sont obligés d'en faire. Nous pouvons difficilement les contraindre à s'occuper d'un camarade.

Deux exercices permettent de se préparer à l'aide.

Etre concentré et prêt à intervenir car le partenaire vous fait confiance.

*"l'homme de bois se promène avec deux aides. Il se laisse tomber d'abord avec avertissement, puis sans crier gare!"*

Tenir l'exécutant jusqu'à la fin de l'exercice et ne le lâcher que lorsque la stabilité est assurée. Ne pas oublier qu'il croit être tenu.



*"Un enfant est à quatre pattes, son partenaire est couché sur son dos, jambes repliées; il se détend alors que l'autre maintient l'équilibre et évite à tout prix la chute."*



## AUTRES JEUX

### Pour éviter l'auto-protection

- A est assis, il ouvre et ferme lentement les jambes, B saute en fonction des espaces.
- Jeu de l'aveugle, le guide doit s'assurer que l'aveugle ne bute sur aucun obstacle.
- Créer son mannequin, accepter de se faire manipuler.



### Pour encourager à saisir

- Différents équilibres au sol, sur la poutrelle ou sur un rack bas en acceptant le bras qui soutient.
- Brouette (avec prise aux cuisses!) puis roulade avant.
- Jeu des carottes et des lapins, en variant les prises, (aux pieds, aux bras, aux asselles...)

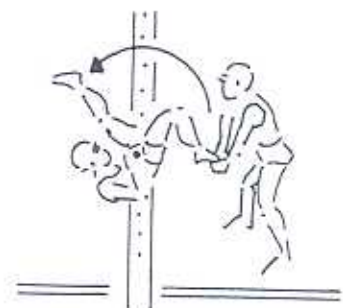
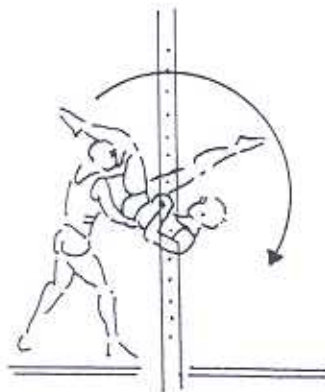
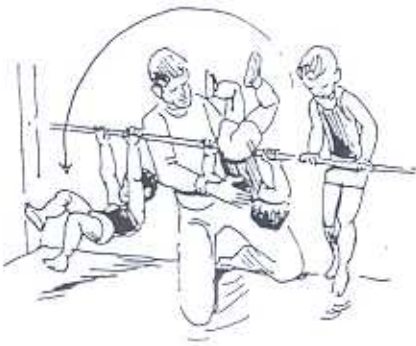


### Pour le plaisir

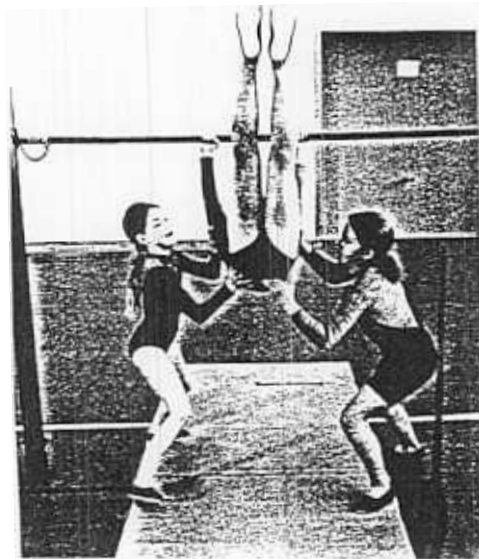
#### Les pyramides humaines



# LA PRISE DISSOCIEE



# LA PRISE DISSOCIEE



# LA PRISE OPPOSEE

