

# Aides avec partenaires et engins: Réduire systématiquement les aides

Lorsque l'aide diminue au cours du processus d'apprentissage, l'élève prend une part de plus en plus active au développement et au contrôle du mouvement, tandis que l'aide devient plus passive, confinée dans un rôle d'accompagnement. Des questions simples permettent de voir quelles aides peuvent être logiquement abandonnées.



**Combien d'aides?** Moins il y a de personnes impliquées, plus l'élève joue un rôle actif dans le processus.

**Qui aide?** Plus la personne qui aide est expérimentée, plus l'élève se sentira en sécurité et moins il aura tendance à se protéger avec des réflexes inadéquats.

**Comment? (prises)** Plus la personne qui aide est active dans la conduite et le contrôle du mouvement, plus le geste sera facile à effectuer.

**Quand?** Plus l'aide intervient tôt, plus elle influence le déroulement moteur et moins l'élève aura tendance à conduire et contrôler lui-même le mouvement avec le risque de se protéger avec des réflexes inadéquats.

**Combien de temps?** Plus l'aide « physique » dure, moins l'élève devra s'engager dans la conduite et le contrôle du mouvement.

- [Réduction systématique de l'aide pour le salto arrière contre le mur](#) (pdf)
- [Réduction systématique de l'aide pour l'appui renversé](#) (pdf)
- [Plus de précisions méthodologico-didactiques sur les aides](#) (en allemand)

Source: [Sabine Schnurrenberger, Grégoire Schuwey, Institut du sport et des sciences du sport \(ISSW\) de Bâle](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO