

Sujet / thématique à traiter Santé/ Acteur :

Catalyser les émotions dans l'action, grâce à des expériences marquantes, pour créer un bien-être physique, mental et social

Pourquoi ? Quels enjeux ?

Développer le goût de l'effort tout en se réconciliant avec soi-même et les autres pour favoriser un bien-être physique, mental et social.

Connaissances théoriques / apports scientifiques :

Travaux issus des réflexions du groupe « plaisir en EPS » de l'AAEPS

2 articles :

« Faire vivre des expériences marquantes de la maternelle à l'université » Enseigner l'EPS N°278

« Franchir des obstacles pour gravir des sommets, du trail d'obstacles à la marche » les dossiers Enseigner l'EPS N°3.

Démarches pédagogiques / expériences signifiantes des élèves

L'expérience marquante, véritable catalyseur d'émotions, est un levier important pour réussir à mobiliser les élèves à court, à moyen et à long terme. L'expérience peut prendre la forme d'une pratique inédite pour les élèves, d'une entrée particulière dans la pratique ou d'un aboutissement fort. L'enseignant utilise à cette fin des artifices amplificateurs d'émotions et de sensations pour faire émerger de nouvelles perspectives de réussite et de progrès. On vise une certaine rupture avec l'ordinaire.

Contenus : Proposer une expérience motrice culturellement signifiante et émotionnellement forte avec une organisation des élèves en interdépendance. Chacun, avec ses ressources, contribue à la réussite de la tâche. Un outil (fiche) est co-construit avec l'élève pour l'aider à repérer et capitaliser ses progrès.

Exemple d'expérience marquante fédératrice : « Les Premières Gestion et administration au sommet de l'Everest » (Sommet mythique qui ouvre un univers méconnu « l'alpinisme »). L'idée est de le gravir collectivement, en partant du premier camp de base situé à 5270 mètres. Il leur reste à parcourir 3578 mètres de dénivelé positif. Une correspondance est établie entre les cotations des voies réalisées en moulinette et le dénivelé positif effectué. Le résultat individuel s'inscrit dans une logique collective. Chaque tentative contribue à faire avancer la cordée riche de 19 élèves. Il aboutit à une sortie marquante en falaise (site de Saulges). Cette expérience marquante est pratiquée de façon rituelle dans le parcours de l'élève, permettant à la fois d'évaluer ses progrès et de donner du sens à ses mobilisations périphériques ».

L'organisation autour de cette expérience marquante fédératrice, à l'aide de la co-construction d'outils aide l'élève à identifier ses besoins et repérer ses progrès. En se positionnant librement et en choisissant le type de guidage, l'élève construit un parcours personnel signifiant et cohérent.

Seul le climat de maîtrise produit des conséquences positives sur les apprentissages scolaires alors que le but de compétition génère des effets controversés. Puisque l'objectif est commun (gravir l'Everest), chacun participe à la hauteur de ses possibilités à la réussite commune. Cette collaboration relaye au second plan le climat de compétition. Cette poursuite d'un but commun favorise la relation à l'autre. Arriver au sommet d'une voie en falaise ou sur une SAE renforce la confiance en soi.

L'évaluation formative (une grille descriptive) l'accompagne, l'aiguille et légitime le droit à l'erreur. L'enseignant, par un questionnement adapté, oriente son guidage, en fonction des besoins de chacun. Le but de maîtrise prend le pas sur le but de performance et fait naître ce sentiment de compétence, indispensable pour prendre du plaisir et être en réussite à l'école et hors de ces murs.

Démonstrations / schémas / vidéos :

D'autres exemples : Construire une séquence autour d'un événement fort : ascension d'un sommet dans les Alpes (vidéo). On introduit le projet en proposant sur une première séance une course d'obstacles puis en partant de là, l'élève construit une nouvelle pratique : la course hors sentier. La démarche est expliquée dans l'article « franchir des obstacles pour gravir des sommets, du trail d'obstacles à la marche » dossier enseigner l'EPS N°3.

Contraintes / limites / nuances / valorisation :

Travail interdisciplinaire avec restitution de l'aventure en fin d'année. Visionnage d'un film fait par les élèves lors d'une soirée animée par eux en présence des parents et de l'institution. Des morceaux de l'aventure sont passés sur les écrans de l'établissement.