



Pour une EPS ambitieuse aux Lycées

S'engager au fil de sa propre vie

Damien BENETEAU

Professeur d'EPS, Montreuil Juigné, (49)

En arrivant au lycée, l'élève est à un carrefour de sa vie. Des choix sont pris pour son orientation. D'autres restent à faire pour l'amener progressivement vers la vie active. Le chemin est parfois compliqué à dessiner, par moment chaotique et quelques fois évident. Les adultes veulent souvent ce qui est le plus valorisant dans la société, mais l'essentiel est parfois oublié.

Que désire réellement l'élève? Avec toutes ces pressions, il est facile pour lui de se laisser porter par un chemin tout tracé. Pour Diderot, «on passe les trois quarts de sa vie à vouloir, sans faire», ce qui peut être compréhensible quand ce sont les autres qui prennent les décisions.

Au collège, une démarche d'apprentissage consiste à le rendre acteur par une communication organisée et efficace qui s'adapte à chaque dispositif d'apprentissage¹. Au lycée, elle a pour ambition de conserver un élève acteur en cherchant un engagement autour du triptyque mes origines, mes forces, mes projections et de l'adapter aux objectifs recherchés en Education Physique et Sportive (EPS) pour alimenter le parcours de formation de sa propre vie.

¹ BENETEAU (D.) « Pour une pédagogie de la communication », e-novEPS n°16, janvier 2019



L'engagement au lycée

Des changements à prendre en compte

Un élève qui évolue

Au collège, l'élève passe de l'enfance à l'adolescence. Il apprend à mieux se connaître, s'accepter et accepter le regard de l'autre sur soi. Il se fait accompagner dans ses expérimentations pour réaliser les meilleurs choix. Il apprend aussi à conserver sa motivation en visualisant ses étapes de progression.

Au lycée, il passe de l'adolescence à la construction d'un adulte. Il se concentre désormais sur son futur personnel et professionnel. Et pour alimenter son parcours de formation, il a besoin de certitudes. Pour cela, comme pour tout projet de vie, l'individu pose les fondations sur ses origines pour utiliser ce qui l'a marqué. Il avance aussi en réalisant des projets axés sur ses forces, sur ce qu'il est. Enfin, il se projette sur un chemin en fonction des rêves qu'il souhaite réaliser. L'élève a donc plusieurs années pour évoluer et créer son propre parcours. Ses apprentissages se structurent au fil de sa vie.

L'enseignement se base toujours sur un élève acteur et un professeur accompagnant, mais la forme évolue en fonction de tous les engagements à prendre.

Prendre sa vie en main

Dans les programmes du lycée général et technologique (LGT) en vigueur pour la rentrée 2019², les termes « s'engager » et « engagements » sont régulièrement utilisés. L'objectif est d'amener l'élève à se prendre en main. A l'heure où beaucoup d'adultes pensent à changer de travail, via un bilan de compétences, il est intéressant d'anticiper la réflexion pour apprendre à se poser les bonnes questions dès le lycée. L'intérêt pour l'élève est de trouver un parcours de formation pour s'épanouir dans sa vie personnelle et professionnelle.

Il est important de faire ce qui compte pour lui et de vivre la vie qui lui ressemble. Le changement vers le lycée sert alors de déclic pour entamer cette réflexion. La démarche s'organise dans le temps en s'appuyant sur les acquisitions au collège, les objectifs du bac et les souhaits pour sa future vie d'adulte. En se centrant sur le sens de sa vie, sur ses valeurs et ses convictions personnelles, chacun peut trouver la motivation pour s'engager et atteindre les objectifs fixés.

² Programmes d'enseignement du lycée général et technologique, Bulletin officiel spécial n°1 du 22 janvier 2019

Un parcours de formation personnalisé

Le collégien a besoin de s'occuper de lui pour apprendre à se rendre compte de son potentiel, de ses capacités. La communication instaure des relations de confiance et amène l'élève à être acteur pour se connaître en tant qu'individu. Le lycéen a besoin de prendre son indépendance pour bonifier ce qu'il connaît déjà de lui-même. Il a besoin de s'engager de manière autonome pour construire son propre parcours de formation, sans annihiler ce qu'il a acquis précédemment.

L'objectif est donc de créer du lien entre les cycles d'apprentissage. Celui-ci passe par la prise en compte des quatre parcours éducatifs du collège³, des enseignements optionnels au lycée, et des compétences validées par parcoursup. Au collège, l'élève commence déjà la personnalisation de son parcours de formation en orientant ses quatre parcours éducatifs en fonction des expériences vécues en classe, lors de projets périscolaires et lors d'investissements extrascolaires. Au lycée et après le bac, l'élève poursuit ce travail. La création d'un curriculum de formation assure la continuité scolaire. « Le curriculum est à la fois une organisation et une programmation des activités d'enseignement selon les caractéristiques des élèves (...) Sa création repose sur la mise en commun de la continuité scolaire et de la continuité de sens »⁴. La recherche d'autonomie pour l'engagement passe du guidage pour agir, à la prise d'initiatives pour prendre des décisions et progresser, à la création d'outils pour adapter ses stratégies et ses choix, et à l'épanouissement dans sa vie d'adulte. Cet article a pour ambition de mettre en avant cette continuité d'action dans un parcours de formation personnalisé.

Des expériences ambitieuses propres à chacun

En quittant le collège, le lycéen a besoin de créer, de vivre ses propres expériences et de tester ses limites. Il souhaite se lancer dans de nouvelles aventures, apprécie aller à la rencontre des autres, et ne veut surtout rien regretter. Dans son souci d'indépendance, il a pour ambition de prouver qu'il est plus mature et qu'il n'a plus besoin de l'aide de son entourage.

Il a plus d'éléments et de recul pour prendre en compte tous les paramètres des situations d'apprentissage et affiner les analyses. Il a déjà fait beaucoup de choses dans différents projets au collège. Même s'il ne connaît pas ou peu le sujet, s'engager pour des causes fortes est donc envisageable. Parallèlement il se crée un nouveau groupe d'ami, de travail, dans un contexte où les relations sont facilitées par un regard de l'autre qui fait moins peur.

³ JORF n°0157 du 9 juillet 2013 - Loi n°2013-595 du 8 juillet 2013 d'orientation et de programmation pour la refondation pour l'Ecole de la République

⁴ ROBICHON (J.) « La continuité des parcours, une démarche nécessaire », espace pédagogique EPS, site de l'académie de Nantes, 2013

Préparer sa future vie d'adulte

Au collège, entretenir l'émulation passe par la nécessité de garantir des réussites pour évoluer d'une étape à l'autre et progresser. Au lycée, l'élève en a toujours besoin. L'accompagnement repose alors sur la recherche d'autonomie pour faire des choix dans la mise en œuvre de projets et pour permettre à tout à chacun de trouver sa voie. L'analyse et l'anticipation des différentes possibilités pour atteindre les objectifs fixés sont ciblées. Il reste à l'aider pour mettre en œuvre celui qu'il prévoit de devenir. Certaines fois, il prépare même sa future vie d'adulte en se basant sur des générations plus âgées et en anticipant ses besoins.

Rendre l'élève acteur de ses apprentissages au lycée signifie donc l'amener à s'engager dans un parcours de formation personnalisé, dans des expériences ambitieuses propres à chacun et dans la projection de sa future vie d'adulte.



Maîtriser et pérenniser son engagement

Cinq déterminants pour un engagement maîtrisé

Plusieurs déterminants sont pris en compte pour garantir la maîtrise de cet engagement au lycée général et technologique.

Un élève qui s'affirme

L'élève s'appuie sur ses connaissances et ses points forts acquis au collège. Il prend position, analyse les situations proposées, débat pour comprendre les situations, argumente pour convaincre de ses certitudes, met en œuvre pour visualiser et prouver, caractérise les avancées. Il s'investit pour participer activement à son développement personnel. Au sein des situations d'apprentissage, l'élève s'affirme par la mise en œuvre de projets en lien avec des Activités Physiques, Sportives et Artistiques (APSA). Ainsi, il agit en représentant un homme et une femme de terrain. Il débat aussi pour présenter un projet à d'autres personnes et se met alors dans la peau d'un(e) politicien(e). Il crée également des outils adaptés au projet et réutilisables pour la vie d'adulte. Il incarne alors un(e) ingénieur(e) en EPS. Enfin, il prend également des responsabilités lorsqu'il faut faire des choix stratégiques, tel un véritable chef d'entreprise.

Un professeur fédérateur

Les apprentissages moteurs, cognitifs et socio-affectifs sont toujours au service du développement de chaque élève. Il est donc important de réaliser un état des lieux de ceux vécus dans les collèges d'origine. Des liaisons de communication peuvent être mises en place pour transmettre les grandes lignes des projets EPS en termes de contenus d'apprentissage. Les enseignants du lycée souhaitent alors se rendre compte des axes de travail des équipes EPS des

Damien BENETEAU, S'engager au fil de sa propre vie

Juin 2019 - Partie 1 - Article 2 - page 4

collèges pour les poursuivre. Les espaces numériques de travail (ENT) permettent aussi de visualiser les quatre parcours éducatifs créés au collège par chaque lycéen. Avec cette base de données, chaque enseignant accompagne plus facilement ses élèves pour la construction d'un parcours de formation personnalisé. Des projets voient plus facilement le jour et aboutissent à des liaisons concrètes entre les collèges et le lycée. Un partage d'expériences des lycées vers les établissements d'origine renforce aussi cette liaison. Dans tous les cas, il fédère un groupe d'adultes et d'élèves d'un même secteur.

Le professeur s'adapte aussi à l'hétérogénéité des individus qui proviennent de différents horizons et accompagne en les mettant dans de bonnes dispositions. Il propose des contenus individualisés qui tiennent compte des vécus de chacun au collège, des forces et des faiblesses pour pouvoir faire progresser tout le monde, et des besoins pour atteindre les objectifs fixés. Ainsi, il fédère une classe en créant du lien autour de contenus d'apprentissage.

Le professeur s'adapte aussi à des projections différentes. Les élèves visualisent leur futur différemment avec des études et une vie propre à chacun. L'enseignant a pour mission de fédérer autour de besoins communs pour l'avenir. Les thèmes liés à la citoyenneté, à la santé, à la culture sont de bons points d'accroche.

Un travail collaboratif varié, équilibré et spécialisé

La coopération est une base du travail collaboratif. Elle « augmente la motivation et l'engagement de l'élève par des choix régulés par le groupe, par des encouragements, par l'entraide, par le plaisir de participer à la réussite de l'autre »⁵. Tout au long de sa scolarité (collège, lycée, post-bac), la variation des formes de groupement lors des changements d'activité permet à l'élève d'entretenir l'émulation et de développer de nouveaux centres d'intérêts. Au collège, le travail est réalisé à partir de groupes affinitaires pour mettre à l'aise, hétérogènes ou homogènes sur le plan moteur pour permettre à tous de progresser, et/ou de besoins pour travailler un contenu spécifique.

Au lycée, il est intéressant de poursuivre ce travail pour profiter des acquisitions et amener les élèves à aller encore plus loin dans leurs apprentissages, de mettre en place un travail collaboratif spécialisé et de construire simultanément chaque parcours de formation individuel. Ainsi, le groupe affinitaire fait référence à des centres d'intérêts déjà travaillés lors des parcours éducatifs au collège⁶, pour mutualiser et s'entraider dans la construction de projets.

Les groupes hétérogènes ou homogènes s'orientent vers les apprentissages, en lien avec la création d'outils numériques, pour permettre à tous de prendre du plaisir par la pratique et de progresser⁷. Quant aux groupes de besoins, ils orientent le travail sur la connaissance du corps humain, la préparation à l'effort, l'effort, la récupération, l'anticipation de leur future pratique d'adulte voulant entretenir sa santé. Ces propositions amènent donc les élèves de tous les lycées à trouver de la cohérence et du lien entre chaque parcours de formation individuel.

⁵ PERESSE (V.) « Coopération et parcours personnalisé, *e-novEPS* n°10, janvier 2016

⁶ BENETEAU (D.) « Pour une mutualisation des expériences », *e-novEPS* n°15, juin 2018

⁷ BENETEAU (D.) « Un accompagnement interactif et personnalisé », *e-novEPS* n°14, janvier 2018

Des objectifs adaptés au développement de chaque lycéen

L'engagement prend en compte des objectifs à court (l'examen du bac), moyen (formation post-bac) et long terme (développement de sa future vie d'adulte). Pour s'y adapter, des éléments de travail semblent incontournables.

Le premier consiste à prendre du plaisir à s'engager dans la pratique pour découvrir, progresser, performer, être en bonne santé, partager des moments avec d'autres et donner du sens à sa pratique. Le deuxième amène au développement de l'esprit critique⁸⁹: débattre en écoutant ce que pensent et savent les autres, développer son ouverture d'esprit en recherchant de nouveaux sujets, convaincre et lutter contre les préjugés, s'informer, informer avec lucidité en distinguant les faits et les préjugés et vérifier les recueils pour prendre conscience de la complexité d'une réalité. Enfin le troisième élément de travail aboutit à l'utilisation et/ou la création d'outils numériques pour alimenter le propos : application pour élaborer des plans d'entraînements, d'analyse de la pratique, livret numérique de sécurité, montage vidéo de sensibilisation, gestion numérique de tournois, tutoriels crossfit...

S'engager en fonction des repères individuels initiales et maîtriser leurs limites

Les repères identitaires, contextuels, organisationnels, temporels, émotionnels et disciplinaires ont encore une place centrale dans la construction des apprentissages. L'élève poursuit sa quête d'identité en cherchant sa place dans le groupe. Pour cela, l'image du soi renvoyée et le culte de l'apparence sont des éléments très importants à prendre en compte. Néanmoins, l'enseignant est présent pour éviter un raisonnement autocentré.

Les repères contextuels changent. L'élève s'engage dans un nouvel environnement. Il n'est plus en classe avec ses camarades. Il essaie de s'approprier un nouveau quartier. S'ouvrir aux autres et au monde est donc nécessaire pour évoluer. Les liaisons se trouvent avec les compétences développées au sein du parcours citoyen.

Les repères organisationnels s'enrichissent des parcours individuels de chaque élève de la classe. Ils ont tous acquis des habitudes de travail dans leurs collèges. Le piège est de croire qu'il n'existe qu'une seule méthode de travail efficace. Les apprentissages envisagés permettent de tester les réponses d'autrui. Les liaisons se trouvent au coeur des démarches d'apprentissage déjà installées lors des cours disciplinaires, des projets interdisciplinaires, ou encore lorsque chaque parcours est étoffé des expériences de chacun, via l'application FOLIOS par exemple.

Pour les repères temporels, les lycéens ont le baccalauréat en perspective. L'objectif est de les amener à considérer la notion de temps pour résoudre une situation problème en cours, pour utiliser des contenus d'apprentissage d'une séance à l'autre, pour transférer des compétences d'une discipline à l'autre. L'enseignant accompagne ses élèves dans la construction de leurs apprentissages par les liens entre l'examen, les études envisagées et les besoins afin d'anticiper leur future vie d'adulte. Le lien se trouve aisément à travers le parcours avenir.

⁸⁹ DURET (S.), « L'analyse vidéo pour le lycéen », *e-novEPS* n°17, juin 2019

Les repères émotionnels évoluent avec l'élève. Les craintes et les motivations changent. Même si la quête de confiance en soi du collégien perdure au lycée, ce dernier se connaît mieux et appréhende l'inconnu différemment. Cependant, son épanouissement engendre des modifications de ses centres d'intérêts. Le sens de sa vie évolue aussi, mais l'enseignant n'oublie pas de s'appuyer sur les bases de ses apprentissages, notamment à travers le parcours artistique et culturel vécu au collège qui oriente parfois le choix d'enseignements optionnels au lycée¹⁰.

Enfin, les représentations disciplinaires sont également à prendre en compte. L'objectif est de poursuivre l'accès à la culture en trouvant un équilibre entre des activités déjà travaillées, des activités méconnues et des activités particulièrement en lien avec la santé et la préparation/gestion de l'effort. Avec cette orientation choisie, le lien avec le parcours santé est aisé.

Deux déterminants pour un engagement pérenne en cours d'EPS

Plusieurs déterminants garantissent le maintien de cet engagement lors des mises en œuvre en EPS au lycée général et technologique. La motivation est une notion clé pour construire son parcours de formation.

Maintenir l'engouement par une programmation équilibrée sur trois ans

Plusieurs éléments permettent un équilibre chaque année pendant trois ans et maintiennent ainsi l'engouement. La première est d'équilibrer le traitement des cinq champs d'apprentissage à travailler pour développer toutes les ressources des lycéens. La deuxième est d'élargir l'accès à la culture de chacun en proposant neuf APSA différentes durant le lycée, trois par année. La troisième est de s'appuyer sur des formes de pratique multiples en lien avec le développement et la construction des conditions de santé du future adulte : connaissance du corps, postures, gestion de l'effort, gestion des limites, respiration, récupération, alimentation, progrès, interactions, démarche de projet personnalisé, bien-être physique, physiologique et psychosocial, dépenses énergétiques, entretien physique, développement de la puissance aérobie, de la capacité aérobie, gain de volume musculaire, performance motrice... Enfin, la quatrième consiste à définir une APSA d'établissement pour colorer l'EPS de l'établissement, créer une identité particulière et susciter le sentiment d'appartenance.

Un traitement différencié et individualisé des séquences d'apprentissage

La différenciation des apprentissages passe par la diversité des séquences d'enseignement. Les APSA, qui appuient les cinq champs d'apprentissage à travailler, sont orientées en discutant avec les lycéens et choisies en fonction de leurs parcours au collège. Selon leur vécu dans l'APSA retenue, chacun trouve de l'intérêt dans l'un des trois traitements proposés ci-dessous par l'enseignant au sein de chaque séance.

¹⁰ FONTES-TRAMECON (J.) « L'école une et plurielle », *e-novEPS* n°3, juin 2012

Une expérience corporelle à maîtriser grâce à une APSA de spécialiste

Le lycéen présente et met en avant des certitudes, des forces concernant l'APSA retenue. Il a la possibilité d'utiliser ses connaissances pour progresser encore plus finement sur ses apprentissages moteurs, cognitifs et socio-affectifs en lien avec l'activité support. Cet axe correspond à une spécialisation des apprentissages.

Une expérience corporelle à traiter différemment grâce à une APSA méconnue ou originale

Par rapport à ses expériences de collégien, le lycéen semble maîtriser les compétences d'un champ d'apprentissage. Il est donc intéressant que l'enseignement lui propose un projet autour d'une activité non traitée précédemment, méconnue ou originale pour qu'il puisse transférer ses compétences dans le champ. Ceci signifie une mise en projet de ses apprentissages.

Une expérience corporelle à développer pour préparer /anticiper sa future vie d'adulte

En s'affirmant au lycée, l'élève cherche sa propre identité, fait attention à son apparence et à son corps, et prend en compte le développement de sa santé. Il souhaite avoir une place au sein du groupe en vivant des expériences communes et fédératrices. Ce troisième axe propose une personnalisation des apprentissages.

Une démarche d'apprentissage transférable aux autres enseignements

Dans tous les enseignements, rendre le lycéen acteur de ses apprentissages signifie l'amener à construire un parcours de formation personnalisé, à créer/vivre des expériences ambitieuses propres à chacun, et préparer/anticiper sa future vie d'adulte. L'enseignant accompagne la démarche en cherchant à maîtriser, à pérenniser et à rendre efficace un engagement autour de déterminants qui s'adaptent à chaque dispositif d'apprentissage.

Tab 1: Une démarche pour rendre le lycéen acteur de son parcours de formation

Nature de l'engagement						
Mes origines / mes forces / mes projections	Principe d'un parcours de formation personnalisé	S'engager pour faire évoluer les repères initiaux et délimiter leur contour				
	Le professeur fait vivre des expériences marquantes	Favoriser l'affirmation de soi	Réunir, fédérer, susciter le sentiment d'appartenance	Entretien la collaboration et coopération	Renforcer la motivation	Différencier et diversifier
	L'élève prépare sa future vie d'adulte	Pratiquer dans et pour son bien-être		Développer Son esprit critique		Se créer des outils numériques réutilisables



S'engager pour individualiser chaque parcours de formation

Adapter l'engagement aux objectifs recherchés en EPS tout au long du lycée

Cette démarche permet d'atteindre les différents objectifs en EPS par un engagement qui convient à tous les vécus, à toutes les sensibilités et toutes les projections de lycéen. Il est donc intéressant qu'il s'organise selon différentes natures, mettant systématiquement la focale sur l'un d'entre eux.

S'engager pour réaliser ses performances maximales

Pour conserver et développer la confiance en lui acquise, le lycéen cherche à progresser et à poursuivre son positionnement moteur, cognitif et socio-affectif. Il s'engage vers une pratique physique qu'il maîtrise de mieux en mieux grâce à ses apprentissages au collège et à ceux vécus dans le milieu associatif. Il souhaite donc vivre des expériences riches pour aller au bout de son potentiel qui évolue parallèlement aux changements physiques de son corps. La société vise une productivité optimale. L'EPS invite à la réalisation de performances optimales. Ces dernières correspondent aussi à la plus grande réalisation de soi quelles que soient les ressources mobilisées, au-delà de la seule facette physiologique.

S'engager pour développer des compétences d'utilité publique

Pour se sentir utile et poursuivre certaines vocations initiées lors d'apprentissages spécifiques de la période du collège, le lycéen a besoin de s'engager pour développer des compétences d'utilité publique. L'alimentation de ses quatre parcours éducatifs met en évidence des dispositions particulières pour le secourisme, le rôle de représentant d'institutions, la préservation de la planète, l'aide à des associations caritatives... Il a donc envie de profiter de ces acquisitions pour démultiplier ses expériences et de créer ses projets propres. Ceci lui permet de trouver une place valorisante au sein de la société, de maîtriser ses émotions et d'acquérir des compétences utiles pour ses futures études, voire de son futur métier.

S'engager pour défendre des causes nationales fortes

La période de l'adolescence au collège est parfois mal vécue par les élèves. La recherche d'estime de soi, de respect envers tous les individus, la place de chacun, femme comme homme, dans la société, le début des relations amoureuses, la violence (verbale, physique, mentale, sociale, conjugale), le harcèlement amènent de la souffrance, et parfois une force lorsque les agressions parviennent à être dépassées. Les lycéens font de ce parcours un point d'appui pour créer de nouvelles relations et affinités. Des groupes se constituent parfois pour fédérer, voire pour sensibiliser. Ils s'engagent pour défendre des causes nationales fortes. Ainsi, ils peuvent être amenés à aller à la rencontre des populations extérieures spécialistes du sujet, et pourquoi pas de revenir vers les populations de leurs collèges d'origine.

S'engager pour atteindre un épanouissement personnel

Pour beaucoup d'élèves, le passage au collège est l'occasion de découvrir, d'acquérir beaucoup de connaissances, de nouvelles pratiques, et de participer à des séjours pédagogiques avec comme support des activités de pleine nature, de prendre part à toutes sortes d'ateliers, de créer des expositions, de faire vivre des portes ouvertes, d'aller à la rencontre du monde professionnel par un stage de découverte, de construire des spectacles artistiques et sportifs, de réaliser des performances sportive comme humaine dans le cadre de l'Association Sportive, ... Pour toutes ces raisons, la pratique de l'EPS reste pour beaucoup un moyen de prendre plaisir dans la pratique, le progrès, le partage. Le lycéen s'engage aussi et surtout pour atteindre un épanouissement personnel.

S'engager pour « coacher » personnellement sa future vie d'adulte

L'arrivée au lycée est aussi l'occasion de prendre plus de temps pour soi, de profiter de la mutualisation des connaissances pour se créer « une banque de données numériques » et ainsi d'anticiper sur ses futurs besoins d'adulte. Les projets d'EPS au collège abordent souvent la thématique de l'échauffement. Les élèves qui quittent le collège disposent de connaissances sur le corps humain, les postures sécuritaires pour agir, la manière de le diriger. Il est donc naturel de se spécialiser dans la notion d'entraînement et de gestion de vie physique par la réalisation d'efforts, de maîtrise des limites du corps humain, de préparation physique et psychologique. Dans les programmes du lycée professionnel¹¹, certaines activités proposées pour travailler le champ d'apprentissage n°5 vont dans ce sens. Par exemple, actuellement sur internet ou ailleurs, il n'est pas rare de voir la création de groupes pour faire du « crossfit ». Le leader prend le groupe en main et fédère autour de leur pratique. Néanmoins, des erreurs sont constatées dans la réalisation des mouvements, dans la gestion de la respiration, de la récupération et de l'alimentation. En se projetant à plus long terme, il est fréquent de constater que des adultes gèrent eux-mêmes une reprise d'activités physiques. Il est de fait pertinent de créer en séance d'EPS des tutoriels réutilisables après les études. Le lycéen s'engage alors pour « coacher » personnellement sa future vie d'adulte.

Des engagements adaptables aux séquences d'apprentissage d'une année en EPS

Au travers chaque APSA et pour chaque orientation prise en EPS, la démarche d'engagement est nécessaire pour individualiser les apprentissages et personnaliser les parcours de formation.

Un exemple pour une séquence d'apprentissage en demi-fond

L'activité demi-fond peut être traitée pour faire évoluer les repères temporels, émotionnels et disciplinaires. L'objectif est de mettre en projet un duo pour élaborer ensemble un programme d'entraînement en vue de réaliser une performance optimale d'équipe. Le programme prend aussi une forme numérique consultable et modifiable via les espaces numériques de travail. Chaque lycéen agit en représentant un « homme de terrain ». L'enseignant fédère des individus qui ont des niveaux hétérogènes et qui n'ont pas le même vécu dans l'activité. Les

¹¹ Programmes d'enseignement du lycée professionnel, Bulletin officiel spécial n°5 du 11 avril 2019

objectifs adaptés au développement du lycéen sont dirigés vers la satisfaction de s'engager dans la pratique pour performer, vers le développement de l'esprit critique en vérifiant les informations pour prendre conscience de la complexité de la réalité, pour créer et utiliser une application pour élaborer le plan d'entraînement.

Un exemple pour une séquence d'apprentissage en sauvetage aquatique

L'activité sauvetage aquatique peut être traitée pour faire évoluer les repères contextuels, organisationnels et émotionnels. L'objectif est de mettre en projet une équipe de novices pour qu'ils s'engagent ensemble dans l'acquisition de compétences d'utilité publique. Pour cela, ils élaborent collectivement un livret numérique de sécurité, de la réglementation à la prise en compte de « la victime ». Chaque lycéen agit en représentant un « chef d'entreprise » pour l'étape qu'il travaille : l'accès à la victime avec des techniques de nage adaptées, les prises de dégagement, la prise en charge collective des premiers secours. L'enseignant fédère autour de besoins communs. Enfin, les objectifs adaptés au développement du lycéen nourrissent la motivation à s'engager grâce au sens construit d'une pratique physique et le développement de l'esprit critique par l'ouverture d'esprit en mettant en lumière de nouveaux sujets d'utilité publique.

Un exemple pour une séquence d'apprentissage en danse contemporaine

L'activité danse contemporaine peut être traitée pour faire évoluer les repères contextuels, émotionnels et disciplinaires. L'objectif est de mettre en projet une classe sous forme de plusieurs groupes de travail pour que les lycéens s'engagent par la création d'une chorégraphie en lien avec une cause nationale forte. L'idée est de retenir une thématique en lien avec des expériences vécues au collège, de la travailler en prenant appui sur des informations et des vidéos de professionnels, et de présenter eux-mêmes leur prestation pour alimenter un débat autour du sujet avec les collégiens. Chaque lycéen agit en « représentant politique ». L'enseignant fédère un groupe d'un même secteur autour d'un projet. Enfin, les objectifs adaptés au développement du lycéen sont dirigés vers le plaisir de partager des moments avec les autres et vers le développement de l'esprit critique en recherchant à convaincre en luttant contre les préjugés.

Tab 2 : Le lycéen acteur de ses apprentissages autour d'un engagement de sensibilisation sur la place de la femme dans la société

S'engager pour une cause nationale forte : la place de la femme dans la société						
Mes origines / mes forces / mes projections	Principe d'un parcours de formation personnalisé	S'engager pour faire évoluer les repères contextuels, émotionnels, disciplinaires et maîtriser leurs limites				
	Le professeur fait vivre des expériences marquantes	Favoriser la prise de position	Fédérer un groupe d'un même secteur	Constituer un groupe mixte par affinité	Permettre l'accès à la culture par la danse contemporaine	Mettre en projet d'apprentissages
	L'élève prépare sa future vie d'adulte	Prendre plaisir de partager des moments forts avec d'autres		Convaincre en luttant contre les préjugés	Monter des vidéos en soutien au débat	



Conclusion

Dans l'organisation des séances d'EPS, l'enseignant poursuit sa mission de rendre l'élève acteur autour d'objectifs qui lui permettent de poursuivre son développement personnel. Pour se faire, il l'amène à un engagement maîtrisé et pérenne en tenant compte de son vécu au collège. Par une mise en projet ambitieuse au lycée et des souhaits pour son avenir au-delà du bac, la démarche d'apprentissage proposée se structure autour de l'évolution des repères développés au collège favorisant alors la possibilité donnée à chaque lycéen de développer un parcours de formation au fil de sa propre vie.