



ACADÉMIE
DE NANTES

Liberté
Égalité
Fraternité



Repères et suivi au profit de l'apprentissage

Suivi et démarche pour apprendre

Nicolas CHEVAILLER,
Professeur d'EPS, Nantes, (44)

Le professeur repère un élève silencieux et tremblant bloqué au milieu d'une voie en escalade. Un autre s'écrie : « J'ai eu la peur de ma vie! ». Très souvent, la leçon d'EPS est le théâtre d'expressions spontanées verbales et/ou corporelles, témoins d'expériences marquantes. Ces dernières ne peuvent-elles pas servir les apprentissages à l'aide de la mise en place d'un suivi ciblé ?

Cet article pose le postulat qu'une meilleure connaissance de soi et de ses habitudes de travail, à partir d'un accompagnement personnalisé favorisent pour chaque élève, une capacité à s'autoréguler pour faire des choix éclairés et responsables¹, ici et maintenant pour ailleurs et plus tard².

¹ Programme d'éducation physique et sportive (EPS) pour le certificat d'aptitude professionnelle (CAP), Arrêté du 3-4-2019 publié au BO spécial n°5 du 11 avril 2019.

² ROCHE (J.), « EPS : de la programmation vers la planification didactique des APS », revue EPS n°229, mai-juin 1991





Suivi et forme de pratique

La forme de pratique ciblée, catalyseur d'émotions et de ressentis, cherche à faire émerger des comportements révélateurs d'un état grâce à la mise en place de variables inductrices d'effets sur l'élève. Ces comportements observables servent de support au suivi. Il prend la forme d'un questionnement inductif afin de favoriser l'accès au monde propre de l'élève car chacun d'eux accorde une signification personnelle à une situation au regard de son vécu personnel. Dans une classe de première année au certificat d'aptitude professionnel (CAP), l'enseignant réfléchit à une forme de pratique en escalade vectrice d'émotions intenses. Atteindre le sommet est, pour l'élève, porteur d'une symbolique forte mais il est aussi source d'un dilemme : « J'ai envie d'atteindre le sommet mais j'ai en même temps peur de me faire mal si je tombe ».

Chaque élève, tout au long de la séquence, cherche à atteindre le sommet qui lui est propre. L'enseignant fait le choix de ne pas donner de consigne sur les cotations des voies. Il utilise toutes les prises. Il centre la construction de sa forme de pratique sur la manipulation, par l'élève, de deux variables : la nature du support et le mode d'évolution afin de faire émerger un comportement marquant, support du suivi (Tab.1). L'élève fait le choix d'évoluer sur une dalle, un mur raide, un dévers ou un dièdre en utilisant un assurage en moulinette corde tendue, avec capteur ou en mouli tête. Grimper en mouli tête nécessite la présence de deux assureurs. L'un assure en tête et l'autre est en soutien du premier en assurant le même grimpeur en moulinette. Lorsque celui-ci arrive au sommet de la voie choisie, il a l'obligation de changer une ou deux variables pour l'amener à un épuisement des ressources physiques, techniques et/ou affectives synonyme d'un arrêt prématuré et de réactions associées. Cet arrêt est le support d'un questionnement qui peut nourrir les réflexions, voire l'entraînement de l'élève.

Tableau 1 : Description des deux variables que l'élève peut manipuler

Variables choisies	En choisir une part variable
Nature du support	Dalle - Mur raide - Dévers - Dièdre
Mode d'évolution	En moulinette corde tendue - En moulinette avec un capteur (Si l'assurage est réalisé en corde tendue, le capteur saute) - En mouli-tête

³ EVAÏN (D.), GIBON (J.), « L'élève auteur de son évaluation », *e-nov EPS* n°16, janvier 2019



Analyser le comportement observé

La première étape permet à l'élève d'identifier précisément, de mettre des mots, sur ce que l'élève vit et d'attribuer à cette action un sens qui lui est propre. L'enseignant réfléchit à un suivi qui propose des repères concrets afin d'aiguiller l'élève dans sa compréhension du comportement marquant observé. Ils sont le support du questionnement. Un appui vidéo est possible afin que l'élève complète, conforte ou précise la signification évoquée. En escalade, le suivi mis en place par l'enseignant est une aide à la compréhension de l'élève des causes de son arrêt. Il s'appuie sur deux repères qui correspondent à la hauteur de l'arrêt dans la voie et les réactions verbales et/ou corporelles associées. Le tableau suivant explicite ce suivi qui amène Dorine et Estevan, deux élèves de la même classe, à donner un sens différent à leur arrêt dans la voie (Tab.2)

Tableau 2 : Sens du comportement observé et démarche du suivi

	DORINE	ESTEVAN
Variables choisies	Moulinette Dévers toutes prises	Mouli-tête Mur raide toutes prises
Comportement marquant observé	Arrêt 3ème dégainé : "Je vais tomber, j'arrête, c'est un truc de dingue"	Arrêt 5ème dégainé au moment de le clipper : il ne bouge plus, son corps tremble.
Questionnement	<p>Pourquoi tu t'es arrêté à la 3ème dégainé ? Tu as dit "c'est un truc de dingue ». Tu voulais dire quoi ?</p> <p>Pourquoi n'as-tu pas essayé de réaliser un autre mouvement ?</p> <p>Qu'est ce qui se passe si tu tombes ?</p> <p>As-tu une stratégie quand tu commences à avoir peur ?</p>	<p>Pourquoi tu t'es arrêté à la 5ème dégainé et tu ne l'as pas clipper ? Tu redoutes de tomber ? Tu as vu que ton corps tremblait ? Tu sais pourquoi ?</p> <p>As-tu cherché à trouver une autre position pour être plus confortable ?</p>
Signification	J'allais tomber. C'est dingue car la paroi s'incline, elle me projette dans le vide et mes bras vont lâcher. J'ai peur de m'écraser par terre.	Quand je tente d'enlever ma main de la prise, je sens que je tombe. Je n'ai pas peur de la chute, mais je veux à tout prix clipper la dégainé. Au bout d'un moment, mon corps tremble. Je suis fatigué.

Ce suivi organisé autour d'un questionnement basé sur des repères concrets permet à l'élève d'identifier un comportement marquant pour ensuite essayer de le comprendre. Ce processus lui permet de se décentrer du résultat de l'action, afin d'accéder progressivement à une connaissance de soi, source de progrès.



Solutions et suivi

A cette nouvelle étape, le suivi s'appuie sur la compréhension du comportement observé pour permettre à l'élève de trouver des solutions qui le font évoluer dans sa pratique. Le suivi prend la forme d'un temps d'échanges collectifs institutionnalisés. Certains élèves proposent des pistes qui peuvent aiguiller les autres dans leur réflexion et dépasser des blocages éventuels. A la suite de ces échanges, les pistes retenues sont conservées sous forme d'un écrit ou d'un schéma afin d'éviter qu'elles ne s'appauvrissent avec le temps. Ces pistes deviennent des traces que chacun consulte avant sa nouvelle ascension afin de les réactiver dans sa mémoire. Celles-ci servent de support aux questionnements suivants. Dans l'exemple choisi, Dorian et Estevan cherchent des pistes de travail pour ne plus s'arrêter pendant l'ascension, ou bien retarder leur arrêt. Celui-ci est matérialisé par le nombre de dégaines parcourues. Avec l'aide du groupe, des pistes différentes émergent. Dorian prend conscience que pour progresser, il doit construire un rapport de confiance avec la chaîne d'assurance et utiliser la respiration pour anticiper l'apparition de la panique. Estevan réalise qu'il doit s'arrêter quelques secondes lorsqu'il est en échec pour se ressaisir, et profiter de ce temps pour se remémorer une routine motrice (Tab.3)

Tab 3 : Solutions pour faire évoluer le comportement observé

	DORIAN	ESTEVAN
Solutions	<p>Faire confiance à la chaîne d'assurance :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Garder la même cordée pour instaurer un climat de confiance - Le rassurer sur la solidité du matériel : chuter corde tendue, par exemple, à la 3ème dégaine <p>Travailler sur la respiration pour éviter que la panique arrive :</p> <ul style="list-style-type: none"> - expirer doucement et longtemps pour faire descendre sa fréquence cardiaque 	<p>Ne pas se laisser aveugler par une action (clippage d'une dégaine) car cela entraîne de la fatigue</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dès le premier essai raté, je m'arrête quelques secondes pour me calmer et réfléchir - Je me remémore une routine : avant de bouger les bras, je cherche des solutions avec mes jambes (petits pas et doucement)

Le stockage des solutions trouvées donne des traces à l'élève de leçon en leçon, voire de séquence en séquence. Les empreintes laissées lui permettent de suivre son chemin de pensées dans le temps.



Eprouver, affiner, enrichir

La confrontation régulièrement à des expériences corporelles familières, permet à l'élève d'éprouver, d'enrichir, de stabiliser ou d'invalider les pistes de réponses et de faire évoluer les traces gardées en mémoire. Cette action de récurrence favorise la conscientisation des procédures utilisées propices à la réussite de son projet. Puis, lorsque les solutions trouvées permettent à l'élève d'atteindre son objectif personnel, l'enseignant lui demande de complexifier la forme de pratique en manipulant les variables choisies pour amplifier l'expérience vécue. En escalade, il est possible d'agir sur le degré de complexité de l'ascension en manipulant le mode d'évolution de l'élève et/ou la nature du support. Dorine décide, à la suite de la réussite de sa voie, à la cinquième leçon, de passer d'un assurage en moulinette à un assurage en mouli tête, tout en restant dans le même dévers. Inversement, Estevan préfère garder un assurage en mouli tête, mais change de support pour grimper dans un dévers. Ces choix favorisent, de nouveau un arrêt dans la voie, point d'appui du suivi. La confrontation régulière à cette forme de pratique évolutive, au cours de la séquence, permet aux solutions exploitées de gagner en précision et en opérationnalité (Tab.4).

Tableau 4 : Évolution des solutions exploitées

Élève	Étapes	Leçon 1	Leçon 5	Leçon 8
Dorine	Mode d'évolution	Moulinette	Moulinette	Mouli tête avec capteur
	Nature du support	Dévers toutes prises	Dévers toutes prises	Dévers toutes prises
	Arrêt	3ème dégainé	Relai	Arrêt 4ème dégainé
	Analyse du comportement observé	J'ai peur de tomber. Je perds mes moyens.	J'ai peur de tomber.	La peur arrive quand je n'arrive plus à monter.
	Solutions		Je me ressaisis en expirant lentement et longtemps.	J'anticipe cette peur en cherchant à expirer doucement et longtemps dès le début de l'ascension. Je me concentre exclusivement sur les gestes que je dois réaliser.

Élève	Étapes	Leçon 1	Leçon 5	Leçon 8
Estevan	Mode d'évolution	Mouli tête	Mouli tête	Mouli tête
	Nature du support	Mur raide toutes prises	Mur raide toutes prises	Dévers toutes prises
	Arrêt	5ème dégainé	Relai	4ème dégainé
	Analyse du comportement observé	Quand je n'y arrive pas, je m'obstine sans réfléchir. Je reproduis toujours les mêmes erreurs.	Quand je n'y arrive pas, je m'obstine directement sans réfléchir. Je reproduis toujours les mêmes erreurs.	Je cherche des solutions mais quand l'échec s'installe. Je m'affole et je n'arrive plus à réfléchir.
	Solutions		En cas d'échec, il faut que je me décentre de l'action à réaliser pour centrer mon attention sur d'autres solutions.	Il faut que j'automatise les routines que j'utilise dans les moments compliqués avant de grimper.



Solutions stabilisées

La stabilisation des solutions utilisées nécessite de les mettre à l'épreuve dans un contexte nouveau et une temporalité longue. Le suivi se prolonge au-delà de la séquence et s'inscrit dans une forme de pratique et/ou d'un champ d'apprentissage différents. Ces conditions consolident les solutions et permet la projection dans l'ailleurs et le plus tard. Le suivi développe la capacité de l'élève à être attentif aux ressources qui lui permettent d'apprendre, de manière singulière, dans un contexte renouvelé. Pour Doriane et Estevan, ce nouveau contexte prend la forme d'une course d'orientation. La proposition de Martin Mottet, "seul mais jamais isolé"⁴ est reprise pour créer un contexte d'évolution, vecteur d'émotions, où l'élève doit seul aller chercher des balises dans un temps imparti. Le positionnement des balises facilite le croisement des élèves pour qu'ils ne se retrouvent jamais véritablement seul. L'enseignant agit sur deux variables pour créer un contexte d'évolution ciblé : le nombre de balises sur le parcours et la difficulté de celles-ci. L'élève se sert des procédures conscientisées lors de la séquence précédente pour mener à bien son parcours d'orientation, sans se laisser déborder par des émotions parasites.

⁴ MOTTET (M). « Course d'orientation, seul mais jamais isolé », revue EPS n°355, janvier-février 2013, P11-14.

Dorine lutte contre la peur de se perdre en cherchant dès le début du parcours à ralentir son rythme cardiaque pour rester lucide. Estevan, quant à lui, se prépare à l'éventualité de ne pas trouver une balise et ne pas se laisser submerger par ses émotions. Très vite, les deux élèves constatent que la procédure construite en escalade n'est pas suffisante. Dorine s'engage dans la recherche de balises, mais au bout de la troisième, opère un demi-tour. Estevan essaie de trouver des solutions, mais au bout de plusieurs essais infructueux, il se laisse de nouveau submerger par la peur de ne pas trouver. Le suivi prend appui sur le nombre de balises poinçonnées et le comportement associé pour les questionner. Dans les deux cas, ce nouveau contexte confirme les solutions trouvées, grâce au suivi au cours de la séquence d'escalade. Il pointe toutefois des limites. Une étape de dé-contextualisation et de conscientisation des solutions exploitées, avant de les utiliser dans un nouveau contexte, est nécessaire.



Conclusion

Une des finalités du lycée est de rendre l'élève acteur de son projet personnel d'apprentissage⁵. Le suivi, sous certaines conditions, contribue à l'atteindre cet objectif. Cet article met en lumière une démarche qui permet d'outiller les élèves afin qu'ils puissent s'autoréguler, ici et maintenant, pour ailleurs et plus tard⁶. Le questionnaire et l'institutionnalisation d'un temps d'échanges collectifs constituent le point de départ de ce suivi. Il favorise l'accès au monde singulier de l'élève et l'aide à élaborer des réponses adaptées, grâce au partage d'expériences. Le suivi s'inscrit dans une forme de pratique qui prend appui sur un vécu marquant pour analyser le comportement observé, et accompagner l'élève dans la construction de solutions destinées à le faire évoluer. Cette démarche s'inscrit dans une logique curriculaire pour éprouver, affiner et enrichir les solutions trouvées, dans un contexte qui se complexifie dans le temps. L'utile étape de dé-contextualisation – conscientisation s'avère nécessaire pour en favoriser l'exploitation dans le temps.

⁵ Programme de l'enseignement commun d'EPS des classes de seconde, première et terminale générale et technologique, BO spécial n°1 du 22 janvier 2019

⁶ ROCHE (J.), « EPS : de la programmation vers la planification didactique des APS », *revue EPS* n°229, mai-juin 1991