

## La pont-action

Jean-Luc Dourin,  
Professeur d'EPS, Missillac (44)

*Au cours de son développement psychomoteur, l'enfant réalise des progrès de motricité, de langage et de compréhension par des interactions complexes entre le moteur et le psychique. Dans le sport extrascolaire, la pensée et la verbalisation sont parfois dévalorisées car elles apparaissent comme des freins à l'efficacité et à la performance. Dans le cadre de l'Ecole, l'association des langages, de l'abstraction à l'activité physique est rendue nécessaire par les programmes. Dans cette perspective, en EPS, la « pont-action » est une mise en relation de l'action et de la pensée pour les rendre efficaces et citoyennes. Mais si ces allers et retours réflexifs, qui permettent de passer de la pratique à la théorie et inversement, sont nécessaires à l'enrichissement de la psychomotricité, il demeure que certains élèves semblent ponctuellement bloqués sur la rive de la théorie ou sur celle de la pratique. Des outils pédagogiques variés sont à sélectionner et adapter pour favoriser ces allers-retours.*



### Ponter les actions par le langage en EPS

#### Améliorer les actions par la réflexion

En course de demi-fond, par exemple, un compétiteur réfléchit intelligemment pour réussir son parcours. Quel est son plan de départ au regard de sa préparation, de ses objectifs et du contexte? Où en sont ses ressources à chaque moment de la course? Quelles stratégies met-il en place face aux autres, en lien avec ses sensations, son répertoire d'expériences, ses temps de passage relevés? En outre, les nouvelles prescriptions de son entraîneur, les réactions du public, les interactions avec les adversaires ou encore l'évolution des facteurs environnementaux (pluie, vent, chaleur...) alimentent de nouvelles questions, réflexions et décisions du coureur. En fonction de l'évolution du contexte environnemental et de ses propres pensées, le coureur puise dans sa mémoire, les connaissances qui lui permettent de réussir, en ajustant ses choix et sa motricité.

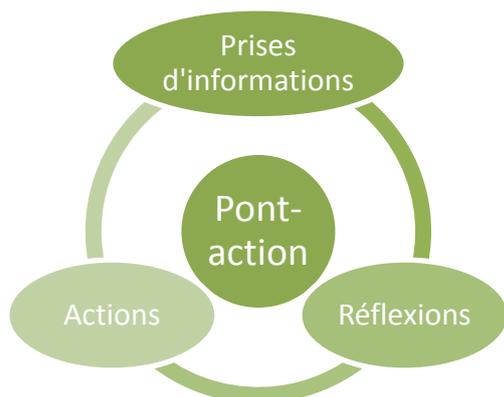
Par cette circulation d'informations, le coureur « pont-agit ». En résumé, la pont-action, inspirée par les travaux de Michel Serres<sup>1</sup>, correspond à un effort de mobilisation de ses ressources et celles de l'environnement en vue d'élaborer un plan d'action ou d'agir avec efficacité, dans le respect de soi et d'autrui.

De manière plus détaillée, la pont-action est un ensemble de processus internes combinant de concert des prises d'informations sur soi (vécu, sensations) et sur l'environnement (forces, matières, espaces, temps) avec des réflexions (mise en relation des prises d'informations et des expériences antérieures, recherches de solutions adaptatives, anticipations, plans) et avec des actions puis de nouvelles prises d'informations...

De façon schématique et simplifiée, la pont-action est un ensemble dynamique de circulation d'informations représenté par le dessin ci-dessous.

<sup>1</sup> SERRES (M.), L'Art des ponts, Le Pommier, Paris, 2006.

Schéma 1 : la pont-action



Pour en revenir à l'athlète, il ne porte pas à sa conscience toutes les notions, les règles et les principes qu'il apprend pour être prêt à courir vite et bien. Au cours de l'apprentissage, il intériorise des principes d'économie de ressource, des invariants biomécaniques, de la tolérance à l'inconfort ressenti lors des efforts anaérobies, des repères pour ses seuils énergétiques... De surcroît, certains gestes se déploient d'autant plus aisément qu'ils sont exécutés avec le moins d'attention possible<sup>2</sup>.

« *Le corps est plus rapide que la foudre dans ses*

*exploits, il se passe de l'esprit et de sa surveillance ; l'apprentissage enfonce les gestes dans le noir du corps ; savoir c'est oublier* ». Dans le sport, l'imitation du maître est une méthode d'apprentissage qui perdure et qui mobilise surtout le langage du corps. Cette méthode porte souvent ses fruits car les pratiquants font le choix de leur pratique, et du temps prolongé qu'ils consacrent aux apprentissages. En EPS, si l'imitation est parfois utilisée, le temps consacré aux apprentissages est compté et les élèves ne choisissent pas d'être là. Le cognitif vient au secours du moteur et est fait le pari d'un pouvoir dévolu à l'élève, pour que ce dernier puisse continuer ses apprentissages en autonomie toute sa vie durant.

Oui, dans certains cas, les langages séparent de la réalité<sup>3</sup> car ils ne sont qu'une tentative d'objectivation des phénomènes. Mettre un mot sur un objet et s'arrêter à cette théorie pour le connaître est souvent un frein à l'accès au savoir. Prendre le temps d'observer, de se renseigner, de modéliser seul ou avec autrui, ouvre à des niveaux de connaissances plus aboutis. Les Inuits connaissent des dizaines de mots pour décrire la couleur de la glace. Le touriste n'y voit que de « la glace » mais l'autochtone, apprend les nuances pour assurer sa survie et faire sienne la culture locale. Apprendre à être et à faire avec l'objet est source de connaissance et ouvre à de nouvelles actions. « *Ainsi, contre le froid intense vécu comme un ennemi par celui qui se recroqueville, qui se défend et qui s'habille, le guide expérimenté sait faire avec, en se présentant ouvert et découvert pour faire du froid son ami*<sup>4</sup> ». Faire corps avec l'objet en cessant de verbaliser ouvre à la connaissance de soi et de l'autre. Si le langage ou certaines préoccupations apparaissent comme une théorie qui parfois bloque la pratique, il n'en demeure pas moins nécessaire pour les sportifs de lier leurs actions par la verbalisation, dans le cadre des apprentissages et pour certaines circonstances propres à l'action entreprise. Il reste que la maîtrise de la langue doit être suffisante pour raisonner avec justesse et économie d'efforts.

## Progresser par et pour le langage en EPS

En EPS, le sport est un support d'éducation. Cette dernière a des finalités citoyenne et formative (autonomie, responsabilité, lucidité, maîtrise du socle commun ...). La maîtrise de la langue française est incontournable pour l'EPS, et pour toutes les disciplines scolaires, tant pour faire progresser la motricité, que pour contribuer au développement d'intelligences et de cultures. L'acquisition, par le langage de notions, de règles, de principes et de méthodes est nécessaire à la construction et à l'articulation des compétences des programmes scolaires. Cette pensée est essentielle pour faire vivre en actes le contrôle de soi et l'éthique sociale. Cette intégration du langage aux actions est d'autant plus nécessaire qu'en dehors du champ de l'éducation physique, des compétences nécessitent une mise en relation des actions et des réflexions. L'obtention des différents permis de conduire, par exemple, demande l'acquisition d'actions en règle avec des codes particuliers. Passer

2 SERRES (M.), Variations sur le corps, Le Pommier, 1999.

3 SERRES (M.), Temps des crises, Paris, Le Pommier, 2012.

4 SERRES (M.), Biogée, Paris, Le Pommier, 2010.

ces diplômes devient, de surcroît, de plus en plus complexe et difficile car les règles à prendre en compte pour réaliser les actions (de pilotage) sont de plus en plus nombreuses<sup>5</sup> et sophistiquées. Par une transformation de la motricité qui passe par les raisonnements et les langages, l'EPS prépare à l'obtention des permis. L'apprentissage d'actions de sports collectifs raisonnées par des règles du jeu et d'action en est une illustration possible.

Ce principe est généralisable au-delà, car des problèmes d'action motrice nouveaux ont la possibilité d'être solutionnés par des personnes qui ne les ont jamais rencontrés dès lors qu'elles savent ponter leurs compétences avec le langage. Un pratiquant d'escalade confirmé, qui sait aussi utiliser une tronçonneuse, pour couper des arbres, peut ainsi décider, ou renoncer, si la sécurité est en jeu, de réaliser une action d'élagage en hauteur ; dès lors qu'il réfléchit bien à sa condition physique, à la logistique dont il dispose, à la nature de la tâche à accomplir, aux alternatives possibles, à l'élaboration et la mémorisation d'un plan d'action avec ses différentes phases, dans le respect de lois de la mécanique et de la physique, à la nécessité de se concentrer...etc.

Education du sportif, éducation au sport, éducation du physique, éducation, sport ? De fait, c'est la liaison des différentes composantes de l'EPS qui importe et qui confère des pouvoirs d'adaptation. L'Education Physique et Sportive est indispensable à la formation du citoyen quand elle lui permet d'apprendre des fondamentaux qui peuvent s'exprimer tout au long de sa vie, pour solutionner des problèmes où théorie et pratique sont à liées, grâce au langage, et dans le respect d'autrui.



## Initier, structurer et laisser s'exprimer la pont-action

Commencer par la réflexion ou par l'action importe peu, pourvu que l'une permette d'aller vers l'autre. La difficulté tient au fait que des élèves ne sont pas toujours prêts à passer à l'action ou à la réflexion car leurs structures et leurs ressources sont plus ou moins formées<sup>6</sup>. Les enseignants recherchent alors des moyens, différenciés ou personnalisés<sup>7</sup>, pour les faire progresser.

### Méthodes pour élèves réflexifs, peu actifs

Capables d'exprimer des connaissances à l'écrit ou à l'oral, mais incapables d'entreprendre ou de réussir leurs actions, certains élèves semblent bloqués sur la théorie. Des réticences culturelles d'origine personnelle, familiale ou de la pratique sportive vécue en dehors de l'école ; des « problèmes personnels », des émotions négatives<sup>8</sup>, des déficits de ressources sont quelques exemples de causes possibles<sup>9</sup> de ce blocage. Pour le professeur, une première approche, difficile, consiste à aider l'élève à traiter son problème ; l'aider à prendre conscience de la nécessité de s'impliquer (pour sa santé, son devenir scolaire et professionnel...). Faire appel aux partenaires (CPE, parents, camarades, tuteurs, services médicaux, sociaux...), mettre en place des projets d'accueil individualisés sont des moyens qui sont plus ou moins efficaces. Une seconde approche, plus opérationnelle, consiste à taire les mots, proposer des activités d'apprentissage variées, faisant appel à des compétences motrices et méthodologiques, et de repérer un élément sur lequel l'élève peut s'investir. Ce point de départ constitue un point de repère commun pour progresser, dans les actions, et en certains cas, entrer en résilience<sup>10</sup>. Si le constat est facile, le mode de traitement l'est beaucoup moins, il semble nécessaire d'approfondir la question.

5 SAVARY (J.), *Permis réservé aux bacs +5*, Marianne n° 910 d'octobre 2014.

6 DOURIN (J-L.), *Former par résonance bio-logique*, e-novEPS n° 7, juin 2014.

7 EVAIN (D.), *De la personnalisation à la différenciation et réciproquement*, e-novEPS n° 3, juillet 2012.

8 RIA (L.), *Les émotions*, Editions revue EPS, Paris, 2005.

9 DOURIN (J-L.), *Former un être vivant par résonance*, e-novEPS n° 7, juin 2014.

10 CYRULNIK (B.) *Le murmure des fantômes*, Odile Jacob

## Méthodes pour élèves actifs, peu réflexifs

Capables d'agir et de réaliser, parfois, des performances motrices remarquables, ces élèves ne respectent pas toujours les règles (sécurité, environnement, société). Semblant rester sur le pôle de la pratique, ils ne paraissent pas en mesure d'expliquer leurs conduites même s'ils se montrent capables de progrès moteurs. L'autoévaluation<sup>11</sup>, l'observation<sup>12</sup> ou le recours à l'écriture<sup>13</sup> permettent parfois de faire émerger et d'exprimer des processus réflexifs associant le langage. Ils ouvrent à la construction des compétences mais de fait, les stimulations n'ont pas toujours les effets recherchés. Par exemple, un élève de 5<sup>ème</sup> très focalisé sur sa pratique extrascolaire de football en compétition, entre en réflexion de manière formelle, pour réaliser une « performance » au moment de l'évaluation. Il se force à réfléchir pour avoir une bonne note en cherchant à remplir les différents critères d'évaluation mais il reprend des habitudes irrespectueuses de ces repères sitôt passée l'évaluation.

Pour ces deux profils d'élèves extrêmes, il n'y a pas de solution miracle car chaque individu vit différemment les stimulations et apprentissages qui lui sont proposés. Pour l'enseignant qui recherche les moyens de faciliter le passage de la théorie à la pratique, nécessaire à la construction des compétences visées, il s'agit de disposer et d'adapter une palette d'outils pédagogiques variés qui visent une pont-action rationnelle et durable.

## Des méthodes pour tous

Faciliter la construction des compétences attendues par les programmes, c'est aider l'élève à faire circuler l'information en lui-même, pour qu'il soit capable de structurer ses actions et ses pensées. De l'action, aux valeurs citoyennes et humanistes, la pont-action relie, par emboitements successifs, les notions, règles, principes, méthodes, à la personne. La difficulté, pour l'enseignant, tient au fait que chaque élève nécessite un ensemble de conditions externes et internes, pour y parvenir<sup>14</sup>, et qu'il est difficile de généraliser pour tous. Les méthodes pédagogiques<sup>15</sup> mobilisées par les enseignants facilitent les processus réflexifs, car leurs composantes, listées ci-dessous, combinées à des thèmes d'apprentissages adaptés, apparaissent comme des outils opérationnels auprès des élèves. Des conditions préalables à la mobilisation de ces outils semblent nécessaires : le thème d'apprentissage proposé par l'enseignant nécessite d'entrer en résonance<sup>16</sup> avec chaque élève. Il doit, tôt ou tard, stimuler une envie, une motivation, qui peut naître d'une situation ludique, d'un intérêt intellectuel et/ou moteur. D'autres aménagements matériels ou humains sont à réaliser tels que la bienveillance ou les associations d'élèves pour les travaux d'équipe... Les modes d'entrée en pont-action, proposés par l'enseignant ou perçus par l'élève, sont multiples et ont la possibilité d'être combinés de manière diversifiés.

## Les modes d'entrée

**Le sens** découle d'une problématique associée à une action. Tenter de traiter le problème, laisser s'exprimer des paroles d'élèves facilite la mise en phase des logiques élèves et professeurs.

**Le projet** imposé ou, idéalement, reconstruit par l'élève est un ensemble de problématiques, à dépasser, par acquisition et mobilisation de ressources, pour atteindre une compétence. La mise en projet facilite la pont-action, dans la mesure où ses acteurs tentent de mobiliser leurs ressources pour parvenir à leur fin.

**Le suivi** permet le recyclage et la mémorisation des idées. Il y a une histoire du projet que l'élève doit pouvoir revisiter, seul ou avec autrui, à chaque leçon, et entre les cycles, pour suivre ses apprentissages. Les bilans intermédiaires facilitent la construction du sens, et favorisent la construction d'un récit de soi, objectif et persistant.

11 DOURIN (J.-L.) *L'autoévaluation au cœur de la formation*, e-novEPS n°4, janvier 2013

12 DOURIN (J.-L.) *Observer pour apprendre*, e-novEPS n°2, janvier 2012

13 DOURIN (J.-L.) « Ecrire pour apprendre », e-novEPS n°6, décembre 2013

14 DOURIN (J.-L.), *Former par résonance bio-logique*, e-novEPS n° 7, juin 2014.

15 MEIRIEU (P.), <http://www.meirieu.com/DICTIONNAIRE/methodepedagogique.htm>

16 DOURIN (J.-L.), *Former par résonance bio-logique*, e-novEPS n° 7, juin 2014.

**La métacognition** par les langages, décrit des actes, des pensées, des règles, des méthodes, des sensations, des objectifs à venir. Ce retour sur soi, imposé ou spontané, est à apprendre, à remobiliser comme un acte volontaire lors des résistances aux problèmes rencontrés. L'enseignant guide l'élève, afin que ce dernier puisse se poser les bonnes questions et qu'il puisse mener, sur le moment ou plus tard, sa réflexion personnelle qui lui permet de réussir ses actions.

**L'immersion environnementale** (intelligences des autres, forces de la nature) conduit le sujet à réagir et s'accommoder à sa manière<sup>17</sup>. « *Tout corps loyalement plongé dans la vie authentique et dans l'apprentissage courageux et direct reçoit d'eux une force égale à ce corps et dirigée de bas en haut, verticale, vers la découverte*<sup>18</sup> ». Faire pratiquer à l'élève, l'évolution historique de techniques ou de connaissances est un exemple d'immersion qui est propre à faire émerger des processus réflexifs.

**L'observation** est un outil précieux qui permet d'orienter l'attention, pour identifier d'abord puis faire circuler l'information d'apprentissage. Les différents sens couramment décrits, notamment kinesthésique et vestibulaire, sont à explorer dans leurs possibilités multiples, et en particulier leur tendance à la pont-action spontanée, qui surprend parfois la raison de celui qui la perçoit, quand, par exemple, une odeur rappelle une image. Les scientifiques<sup>19</sup> identifient des « neurones miroirs » et autres particularités du cerveau qui incitent à recourir à l'observation tant cette activité suscite l'éveil et la mobilisation de ressources intellectuelles et motrices, favorables à de nouveaux apprentissages. Le tableau 1, ci-dessous, propose des illustrations de ce propos.

**La construction de ressources particulières** est parfois requise quand leur absence empêche la perception du réel. Par exemple, le stress ou le manque de confiance qui bloque parfois des élèves, peut être contrôlés par un travail de prise de conscience de sa respiration, par des exercices de relaxation ou de concentration.

**La construction et l'utilisation d'objets mentaux** permet d'associer des actions à des images ou des concepts. Par exemple, inviter à percevoir la réception d'un ballon de handball comme si les mains agissaient comme une langue de caméléon, aide à intégrer la dimension active et rapide d'une réception de balle, trop souvent perçue comme un acte en réceptacle figé. La visualisation de l'action en dehors du temps où elle se déroule habituellement, mobilise réflexion, et structures neuromotrices. Par exemple, certains athlètes parviennent à élever leur température corporelle par évocation anticipée de leurs actions.

**La représentation graphique** effectuée sur tableau, feuille, ordinateur, sous la forme d'un schéma, d'un dessin, d'images, permet de lier action et réflexion. Une illustration est proposée sous la forme d'un tableau où des signes graphiques sont utilisés, avec d'autres outils de pont-action, dans le cadre d'apprentissages dédiés au basketball, en niveau 1, au collège (voir ci-dessous).

**La sélection et l'association des sens** est propre à chaque individu qui peut être auditif, kinesthésique, visuel. Associer un son, une séquence rythmique est une illustration possible de mise en relation de l'acte et du concept. Les liaisons de course et d'appel, rencontrées en athlétisme et en sport collectifs sont des exemples de moments privilégiés pour apprendre à lier musique et actes.

**La gestuelle** qui exprime le passage de la pensée au geste et réciproquement. Associer ou réaliser une gestuelle à une pensée permet parfois la compréhension et la mémorisation.

**La valorisation** qui vient de soi ou d'autrui mobilise les structures internes. Des progrès constatés encourageant la recherche de nouveaux progrès. Les émotions<sup>20</sup> bloquent parfois le passage de la théorie à la pratique ou, à l'inverse, sont très favorables à la pont-action.

**L'énergie positive**, portée par le professeur ou certains élèves est une attitude, un état d'âme particulier, qui a une tendance à se transmettre, par contagion, d'une manière qu'il est difficile d'expliquer (le fou rire incontrôlé en est la caricature). Cette énergie positive est à rechercher pour

17 RECOPE (M.), L'apprentissage, Editions Revue EPS, Paris, 2001.

18 SERRES (M.), Variations sur le corps, Le Pommier, 1999.

19 CHANGEUX (J-P.), Du vrai, du beau, du bien, Odile Jacob, Paris, 2008.

20 RIA (L.), Les émotions, Editions revue EPS, Paris, 2005.

débloquer et encourager les plus réticents à se dépenser, se dépasser, apprendre avec les autres, apprendre seul.

**La communication interne et externe** est la capacité à mettre en relation les différents langages, avant, pendant et après l'action. Elle conditionne le schème avec lequel l'élève va à sa leçon pour se transformer encore. C'est la construction des intelligences qui est à l'œuvre et permet de mobiliser les compétences dans leur contexte ou en dehors du contexte : seul, avec le professeur, avec d'autres élèves. Cette longue liste, à compléter encore, témoigne de la diversité des moyens disponibles pour faire réfléchir et « pont-agir », en mobilisant différents types de langages.

Tab. 1

	<b>Pont-actions à identifier, apprécier et réaliser pour faire progresser le référentiel vers la cible en sports collectifs</b>					
<b>Concepts</b>	Percée en couloir d'attaque	Contour de la défense	Feinte	Ecran	Cadrage débordement	Passé
<b>Verbalisation orale ou écrite</b>	Je repère un espace entre les défenseurs puis je vais tout droit le plus rapidement possible	Je contourne la défense	Je fais semblant d'aller à gauche avant de passer par la droite, j'esquive un défenseur	Je me cache derrière des partenaires pour surprendre mes adversaires	J'attire et je fixe la défense vers un côté pour mieux la contourner	Je passe vers l'avant à mon partenaire
<b>Représentation graphique</b>						
<b>Geste</b>						
<b>Image évoquée</b>	Un bolide sur une piste	La voiture qui contourne l'embouteillage	La danse du cobra	Un fauve qui jaillit par surprise depuis le couvert végétal	La cape attire le taureau et ouvre le passage au toréador	Le passage d'objet au travail à la chaîne
<b>Situation pour construire des repères Kinesthésiques, auditifs, visuels</b>	Surplace puis sprint	Course rapide en courbe	Course en slalom, cloche pieds, chicanes...	Pas chassés puis enchaînement en sprint	Accélération dans une direction puis changement brutal d'angle pour une autre	Course en relais dans l'axe
<b>Principes<sup>21</sup> dominants associés</b>	Economie, Simplicité, Intention et Prévion	Nécessité, Intention et Prévion	Combinatoire, Commutativité, Diversité	Combinatoire, Economie, Intention et Prévion, Détection de la relation dominante	Pertinence, Combinatoire, Gains et pertes	Economie, Combinatoire, Tolérance à la frustration

21 DELAUNAY (M.), 4 courants de l'EPS, Vigot, Paris, 2005



## Conclusion

En EPS et ailleurs, la pont-action est la pensée qui accompagne et articule l'apprentissage de l'action motrice pour la rendre efficace et citoyenne. Elle associe différents langages.

Si la dialectique apparaît parfois comme une théorie qui bloque la pratique car les mots ont leurs limites, les pratiquants d'APSA ont la nécessité de lier leurs actions par la verbalisation dans le cadre des apprentissages et pour certaines circonstances propres à l'action entreprise.

L'Education Physique et Sportive œuvre à la formation du citoyen quand elle lui permet, dans le respect d'autrui, d'apprendre des fondamentaux qui peuvent s'exprimer tout au long de sa vie pour solutionner des problèmes où théorie et pratique sont à lier par les langages.

Commencer par la réflexion ou par l'action importe peu, pourvu que l'une permette d'aller vers l'autre. La difficulté tient au fait que des élèves ne sont pas toujours prêts à passer à l'action ou à la réflexion car leurs structures, leurs ressources, et en particulier leurs langages, sont en cours de formation<sup>22</sup>.

Les outils qui permettent d'initier et de structurer la pont-action, de manière sélective ou en combinaisons, sont très diversifiés. L'enseignant peut favoriser les processus réflexifs si les conditions préalables sont présentes et si ces outils sont employés de concert pour répondre aux différents profils d'élèves.

Provoquée par l'enseignant ou réinventée par l'élève, la pont-action est aussi indispensable que la ponctuation insérée dans un texte car elle engendre le partage des intonations et éclaire l'adéquation des sens perçus pour soi et pour autrui.

---

22 DOURIN (J-L.), *Former par résonance bio-logique*, e-novEPS n° 7, juin 2014.