

## Écrire pour apprendre en EPS

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

*L'écriture est l'activité physique la plus pratiquée en milieu scolaire !*

*Faire accéder à la maîtrise de la langue française est une mission prioritaire relevant de l'enseignement de chaque discipline (Compétence 1 du socle commun de connaissances et de compétences).*

*De la maternelle aux grandes écoles, les différentes disciplines l'organisent et la mobilisent pour structurer et enrichir la pensée. En EPS, elle est utilisée parfois mais ce sont les expressions corporelles et orales qui dominent. Pour autant, des expérimentations d'usage révèlent son intérêt particulier pour la structuration, la signification et la mémorisation des apprentissages en prenant appui sur des ressources dont les élèves disposent déjà peu ou prou.*

*Solliciter, suivre et enrichir l'écriture des élèves en EPS permet au professeur d'approfondir la caractérisation de ses élèves et contribue au développement de leur(s) intelligence(s). Construire des progressions en suivant les productions des élèves, qu'elles soient écrites, orales, motrices ou posturales, constitue un moyen de les associer de manière active à leur propre développement et à la structuration de nouvelles compétences.*



### Écrire : une obligation, des obstacles, un défi pour l'EPS

Le socle commun de connaissances, de compétences et de culture, missionne chaque professeur pour l'éducation prioritaire à la maîtrise de la langue française. « *Savoir lire, écrire et parler le français conditionne l'accès à tous les domaines du savoir et l'acquisition de toutes les compétences* ».

En EPS, faire écrire les élèves n'est culturellement que peu pratiqué, en présentiel car les espaces de travail s'y prêtent parfois mal et cette pratique peut engendrer des pertes de temps effectives ou perçues comme telles. De même en dehors des cours, car cela s'ajoute au temps de travail personnel des élèves. D'autres raisons plus ou moins exprimées conduisent des professeurs d'EPS à renoncer d'emblée à cette activité pédagogique. Le manque de temps, le sentiment d'incompétence au regard d'autres disciplines, la priorité donnée à l'action, des convictions personnelles, sont des exemples cités au passage.

Cependant l'écriture est une motricité fine qui prend des formes diverses selon l'usage d'un stylo ou d'un clavier. Michel Serres la compare souvent à l'escalade ou à une activité de laboureur. « *Il faut, ici, des prouesses techniques, des assurances redoublées, là de la grâce, enfin, plus de souplesse et de force...* »<sup>1</sup>. L'écriture est une activité physique comme les autres et il n'y a pas de raison d'en exclure l'EPS !

---

<sup>1</sup> M. Serres, variations sur le corps, *le Pommier*- Fayard, 1999



## Des fonctions pour l'apprentissage qui incitent à tenter l'expérience de l'écrit

L'apprentissage de l'écriture correspond à « *une appropriation de circuits neuronaux préexistants et immatures* »<sup>2</sup> du cerveau de l'enfant. Les écrits sont des empreintes de la langue qui ouvrent à l'apprentissage de nouveaux concepts. En EPS, l'appropriation de ces derniers s'exprime en termes de notions, de règles et de principes qui sont indispensables pour la construction des compétences. En classe, les attitudes, les actions et les paroles des élèves retiennent le plus souvent l'attention des professeurs pour structurer les apprentissages et construire les compétences. Des documents écrits sont parfois communiqués aux élèves<sup>3</sup> et des travaux d'écriture permettent de diversifier les méthodes.

« *Il faut que je l'écrive pour savoir comment ça s'écrit !* ». Cette exclamation relevée maintes fois lorsqu'une personne a des doutes sur l'orthographe d'un mot, attire la curiosité et l'attention. Libérer le geste lorsque l'image mentale du mot est floue, permet parfois de retrouver la bonne orthographe. La mise en œuvre de réseaux neuro-moteurs et la mobilisation inconsciente de nombreuses aires du cerveau<sup>2</sup> est à l'œuvre et « étonne » car elle échappe à la raison objective. Dans l'écriture comme dans l'esquisse artistique, une forme de « darwinisme mental », permet de passer du flou au structuré intelligible. Des professeurs de français constatent aussi que la mise en acte de textes sous la forme de mimes ou de prestations théâtrales des élèves, facilite parfois la compréhension des écrits dans leur finesse ou leur complexité.

Par des travaux d'écriture, de nombreux élèves apprennent et comprennent leurs leçons. Un précepte indique qu'écouter, c'est oublier, lire c'est comprendre et écrire c'est apprendre. Par l'écriture, la pensée évolue et ouvre à de nouveaux écrits. Qui écrit extériorise, pose et suit ainsi ses propres pensées. Collecter, classer, trier ses écrits facilite la compréhension, la mémorisation et l'innovation. En outre, l'auteur peut prendre du recul et faire partager ses raisonnements et ses connaissances. Seul, avec d'autres camarades et avec le professeur, les écrits peuvent être examinés et retravaillés.

Avant l'apparition de l'écriture, des cultures physiques étaient transmises aux jeunes. Technique de lancer d'une arme et stratégies collectives de chasses, techniques de combat et peut-être bien d'autres champs culturels pré-sportifs. En EPS, certains moments d'apprentissages sont consacrés, comme c'était le cas pour les ancêtres, à ces sciences « dures »<sup>4</sup> où sont appris des moyens d'accroître sa puissance, « *pour dominer, passer premier, devenir plus fort, vaincre la nature et ses pairs...* ». Mais, les finalités de l'EPS d'aujourd'hui affirment la nécessité de former un citoyen, certes cultivé au plan sportif et artistique, mais « *de façon critique, responsable, lucide et citoyenne* »<sup>5</sup>. La réflexion sur les actions, qu'elle passe par l'écrit, l'oral, des perceptions ou des raisonnements internes est donc au cœur des préoccupations de l'enseignant qui se consacre ainsi au « doux » défini par Michel Serres. « *Le doux se dit des actes d'échelle informationnelle : traces, marques, signes, codes et leur sens* ». Donner l'accès au doux c'est permettre de nouvelles intelligences et ouvrir des horizons de pensées qui mènent à la responsabilité des futurs citoyens pour leurs pairs et la planète.

---

2 J-P. Changeux, Du vrai, du beau, du bien, une nouvelle approche neuronale, Odile Jacob, 2008

3 F. Huot, le suivi : outils et méthodes, e-novEPS n°6, Janvier 2014

4 M. Serres, Temps des crises, Poche-le Pommier, 2012

5 Programme de l'enseignement d'éducation physique et sportive, MEN, BO n°6 du 28 août 2008



## Des temps et des moyens d'enrichir l'EPS par les écritures

En EPS, les moments et les sujets pour écrire et enrichir les apprentissages sont innombrables. Quelques applications aux fonctions multiples plus ou moins complexes et enrichissantes sont l'objet de la présente partie.

### Verbaliser, raisonner

Des travaux écrits rudimentaires sollicitent la réflexion et la verbalisation. L'écriture permet de faire le lien entre le visuel et l'auditif. C'est le cas en course d'orientation, lorsque la grille de contrôle d'un élève de 6<sup>ème</sup> prévoit un espace sur lequel il décrit le lieu où est posée la balise. « *Sur le petit arbre à côté du portail* » constitue déjà un raisonnement qui permet à l'élève de vérifier si c'est effectivement la bonne balise qui est symbolisée sur sa carte. Après une sortie Activité de Pleine Nature en Run&Bike, récapituler des compétences méthodologiques mises en œuvre permet à l'élève de suivre ce qu'il apprend. Un exemple d'écriture d'élève de 5<sup>ème</sup> est présenté ci-dessous.

Tab1 : exemple d'écrits en cinquième

Se préparer	Se connaître	Se préserver	Connaitre l'environnement
<b>Compétences Méthodologique et Sociales 4 (CMS)</b>			
« Le VTT est bien gonflé. Les freins fonctionnent bien. J'ai mon gilet jaune, de l'eau, un tee-shirt de rechange... »	« Nous trouvons le bon rythme et on s'attend. Nous avons fait 4 tours de 2km avec différentes méthodes... »	« Je ne gaspille pas toute mon énergie. On change souvent... »	« Au début, un groupe est parti à VTT de Missillac (44), l'autre en courant. Nous avons changé après le mur du golf puis nous avons fait du Run&bike autour de l'étang de Burin. Nous avons vu des amanites rouges, des cormorans... »

Un travail interdisciplinaire est envisageable avec le professeur de français et stimule l'envie d'écrire puis de s'impliquer dans des actions nouvelles. Pour l'exemple choisi, plusieurs élèves rédigent un commentaire sur le cahier d'EPS de chaque élève qui propose son bilan. Le suivi et la stimulation sont entretenus par le groupe. La tendance et l'engouement actuels des nouvelles générations qui consistent à se raconter sur les réseaux sociaux d'internet représentent un vecteur de motivation pour des nouveaux apprentissages ainsi qu'une évolution des modes de pensées car l'ère d'action et de réflexion de chacun est en expansion grâce à internet<sup>6</sup>. L'utilisation des messageries et des sites internet dédiés aux établissements scolaires est à penser de manière à favoriser les mises en relation et les discussions de la communauté éducative autour des apprentissages.

### Préparer, stimuler, renforcer des apprentissages par des écrits et d'autres travaux

Avant, après ou à un moment choisi dans le cours, un travail d'écriture permet d'impliquer, d'intéresser et d'associer les élèves à leur propre suivi. Rédiger son projet d'enchaînement de spectacle de cirque, préparer un exposé sur une APSA avant un cycle d'apprentissage, prendre des notes à la fin du cours, tenir son cahier d'EPS, faire un compte-rendu après une sortie d'AS, écrire un bilan de cycle, sont quelques exemples cités au passage et les occasions ne manquent pas de rédiger ainsi son propre suivi. Par exemple, à la fin d'un cycle d'apprentissage support gymnastique, les élèves récapitulent les compétences méthodologiques qu'ils ont appris à maîtriser. Pour la deuxième compétence méthodologique, « *organiser et assumer des rôles sociaux et des responsabilités...* », un élève de 6<sup>ème</sup> écrit : « *je sais installer, utiliser, ranger du matériel puis travailler en équipe et s'entraider. Cela permet d'être un peu autonome...* ». Par extension, les ciseaux, la colle, les crayons de couleur, les images, les outils numériques ont aussi la possibilité de remplacer le

6 M. Serres, Habiter, le Pommier, 2011.

papier et le crayon. Par exemple, une élève de 6<sup>ème</sup> invente un système de formes, de couleurs et de légendes pour présenter son enchaînement sur feuille. Les mots et les verbes sont alors remplacés par des signes susceptibles de demeurer en empreintes significatives, structurantes et mnésiques.

### Oser s'exprimer et participer pour progresser

En classe, le passage à l'oral est parfois difficile pour certains élèves et entendre tous les élèves n'est pas envisageable dans un cours. En revanche, écrire est possible pour chacun même s'il demeure que certains élèves ne sont pas prêts ou n'ont pas envie d'écrire. En dehors de ces limites, recueillir des impressions après un test Vitesse Maximale Aérobie (VMA) en demi-fond est par exemple l'occasion de faire partager ses sensations, d'évaluer sa prestation et d'envisager une suite à donner. Une illustration de propos, d'élève timide, qui sont utiles à l'élève et au professeur est présentée dans le tableau ci-dessous. Pour l'enseignant, répondre par écrit facilite une discussion discrète et rassurante avec l'élève. Cette forme de communication peut être réutilisée au lycée lors des unités d'apprentissages sur la CP5 où exprimer son ressenti est au programme.

Tab. 2 : propos d'élèves lors d'un travail athlétique

VMA mesurée	Fréquence cardiaque mesurée immédiatement après l'effort	Raisons de l'arrêt (matériel, douleur, fatigue, sensation désagréable, manque d'intérêt...)	Pensez-vous faire mieux si l'on refait un autre test ?	Autres informations
« 12.5km/h »	« 180 p/mn »	« Mal au ventre »	« Peut-être, je ne sais pas trop »	

### S'expliquer, communiquer de manière claire

Parfois, l'élève ne parvient pas à exprimer ce qu'il veut dire ou souffre de mots qu'il n'ose pas aborder. Le passage à l'écrit permet de prendre de la distance et du temps pour esquisser peu à peu un propos intelligible. Une lettre d'excuses, un récit d'incident, un témoignage sont des exemples d'écritures possibles pour faciliter l'expression et faire émerger des vérités. Cependant, « *écrire pour témoigner n'est pas une recette. Quand l'écriture fait revenir l'angoisse du passé, elle réveille la mémoire de l'horreur... Le temps du déni est nécessaire* »<sup>7</sup> La perception et le récit du réel de l'élève sont des constructions plus ou moins réelles et en phase avec les perceptions des adultes. Suivre les idées des enfants n'est pas toujours aisé et des éléments relevés dans leurs écrits permettent parfois de décoder des aspects ignorés. Cette méthode permet quelquefois un approfondissement de la caractérisation des élèves au profit des apprentissages à venir<sup>8</sup>.

### Faire le point sur ses connaissances et les partager

Le programme d'EPS au collège définit des connaissances, capacités et attitudes essentielles à vérifier pour le premier et deuxième degré du savoir nager. L'environnement d'un bassin aquatique est, a priori, hostile aux travaux d'écriture et des enseignants choisissent de distribuer des documents où sont données les connaissances, ou communiquent par oral des notions, règles et principes à apprendre. Le tableau qui suit représente, à l'inverse, une tentative d'écriture d'une élève de 5<sup>ème</sup> entre deux leçons. L'élève écrit chez lui au sec et au calme en puisant dans ses souvenirs plus ou moins anciens, en se remémorant les informations orales et écrites recueillies auprès des professeurs, des maîtres-nageurs ou des affichages et du cahier de textes numériques...

7 B. Cyrulnik, Sauve toi, la vie t'appelle. Odile Jacob. 2012.

8 J-L. Dourin, Observer pour apprendre. e-novEPS n° 2. Janvier 2012.

Tab. 3 : écrit différé

Connaître les règles d'hygiène corporelle	Connaître les contre-indications	Règlement intérieur de l'installation aquatique	Connaître et respecter le rôle des adultes encadrant
« Se doucher avant et après le passage en piscine.  Si verrue, porter des chaussons.  Ne pas cracher, ne pas faire pipi dans l'eau... »	« Éventuellement, si on a ses règles, si on est blessé »	« toujours ranger le matériel à la même place et en prendre soin et ne pas casser »	« toujours écouter ce que dit l'adulte, le respecter »
Connaître les recommandations visant à prévenir les accidents et les noyades en milieu naturel	Connaître les attitudes efficaces pour se sortir de situations périlleuses	Connaître les attitudes efficaces pour contribuer à porter secours sans se perdre soi même	Connaître les chaînes d'alerte et les numéros d'urgence
« Prévenir quelqu'un »	« Bien savoir nager, ne pas paniquer, toujours regarder devant soi »	« Ne pas paniquer, prévenir quelqu'un, faire les gestes de secours à la personne »	« les numéros d'urgence sont le 18 pour les pompiers et le 15 pour le SAMU »

Ce travail témoigne du processus d'acquisitions en cours. Le professeur a la possibilité d'utiliser ces écrits pour le suivi des évaluations, des régulations d'apprentissages, pour préciser ou revenir sur certains aspects des connaissances. En reprenant des styles d'écritures d'élèves, les messages, communiqués ultérieurement, sont adaptés à leur compréhension. Les travaux peuvent être compilés et constituer, au final, un document de classe. Pour le travail présenté dans ce tableau, les connaissances sont de type déclaratif mais sur le même principe, des connaissances procédurales sont à envisager<sup>9</sup>.

### Réactiver des connaissances, formuler des hypothèses, tester ses idées, construire les règles à apprendre

L'enseignant qui propose une problématique nouvelle pour des actions à entreprendre suscite des processus mentaux diversifiés pour ses différents élèves. Peurs, enthousiasmes, incompréhensions, désintérêts, sentiments de compétences ou d'incompétences sont des exemples choisis parmi une multitude de possibles. L'écriture est un moyen de rapprocher des logiques de professeur et des logiques d'élève. Dans un cycle d'apprentissage support lutte, la recherche de l'équilibre sur ses appuis est un problème à traiter. Le professeur qui souhaite faire acquérir des règles et des principes d'action solutionnant ce problème a la possibilité de choisir plusieurs modes de pédagogies. Enseigner des solutions ou organiser une démarche et créer les conditions pour que les élèves les trouvent par eux-mêmes est une question centrale qui conditionne les modes d'intervention pédagogique. Au collège, les raisonnements hypothéticodéductifs, période des « *opérations formelles* » selon Piaget, sont à la portée de la plupart des élèves. Les faire rechercher des solutions et les faire réfléchir, seuls et collectivement, c'est leur permettre de mettre en œuvre des processus mentaux préexistants pour développer des intelligences tout en apprenant de nouvelles adaptations, motrices, verbales, sociales.... Pour revenir à l'exemple proposé, une mise en œuvre expérimentée consiste à placer les élèves dans des situations ludiques variées où le problème de l'équilibre est prééminent puis, de solliciter des écritures pour esquisser des éléments de réponse. Deux modèles de

9 J-L. Dourin, L'autoévaluation au cœur de la formation, e-novEPS n°4, janvier 2013

tableaux plus ou moins complexes sont proposés aux élèves pour qu'ils réfléchissent et verbalisent. Des outils de recherche sont proposés sous la forme d'images affichées (formule 1, lutteurs debout) et d'observations (trépied photo dans différentes positions de réglage).

Tab.4 (et 5) : travail de deux élèves, accompli pendant une leçon.

Ce qui me permet de rester équilibré	Ce qui me permet de déséquilibrer mon adversaire
« Les jambes fléchies, pour amortir les jambes de l'autre. Si on reste le plus près du sol, c'est plus dur pour l'adversaire de nous faire tomber »	Le faire bouger sans arrêt

Tab. 5

Ce qui me permet de rester équilibré	Définitions
	
<b>Le regard</b>	« le regard sert à regarder l'adversaire fixement »
<b>L'écart des pieds</b>	« il faut avoir une bon écart de pieds pour rester en équilibre »
<b>Le centre de gravité</b>	« le centre de gravité est le bassin »
<b>L'amorti des membres inférieurs</b>	
<b>L'amorti des actions adverses</b>	« le pousser sans arrêt »
<b>Les frottements au sol</b>	« faire attention à ne pas tirer les gens »
<b>La manière de s'engager vers l'adversaire</b>	« Attraper son adversaire en premier »
<b>L'équilibre par les membres supérieurs</b>	« jambes fléchies. Fléchir à moitié vers l'arrière »

La lecture des réponses met en évidence que certaines propositions sont pertinentes mais que d'autres sont absentes ou incompréhensibles et caractérisent des champs de notions et de concepts étrangers aux élèves. La force de l'écriture réside dans le fait que chacun participe et que la caractérisation opérée ainsi par le professeur est approfondie et justifie de nouveaux choix d'apprentissages. Les règles dont le recours est jugé pertinent par les élèves, lorsqu'ils les mettent en acte, constituent le corpus de connaissances que chacun est conduit à s'approprier. Réalisés en cours d'apprentissage, ces écrits orientent l'attention des élèves et motivent des réflexions de nature à les placer en situation de mesurer leur propre suivi au regard d'eux-mêmes, des autres élèves et du professeur. Un document de synthèse reprenant l'ensemble des propositions pertinentes (avec les prénoms des auteurs) valorise et exprime des règles incontournables.

Tab.6 : tableau d'une classe.

<b>Ce qui permet de rester équilibré</b>	<b>Définitions :</b> Ces règles sont fondamentales car elles sont aussi valables pour d'autres activités comme la gymnastique, les sports collectifs...
<b>Le regard</b>	<p><b>Regarder devant soi</b> (Mailis, Maelle, Mathilde, Yaele, Céline)</p> <p><b>Regarder horizontalement</b> (Romain, Morgan, Enzo)</p> <p><b>Regarder l'adversaire</b> (Laura, Priscillia, Delphine, Armel, Loann, Thibault, Romain)</p>
<b>L'écart des pieds</b>	<p><b>Avoir un assez grand écart</b> (Laura, Priscillia, Delphine, Enzo, Romain, Morgan, Yaele, Déborah, Maelle, Céline)</p> <p><b>Mais ne pas avoir un trop grand écart</b> (Bastien, Jordan, Gael, Maxime)</p>
<b>Le centre de gravité</b>	<p><b>Se pencher légèrement en avant</b> (Mailis, Maelle, Mathilde)</p> <p><b>Fléchir ses jambes</b> (Léa, Lucie, Déborah)</p> <p><b>Garder son bassin bas</b> (Laura, Priscillia, Delphine)</p> <p><b>On évite de mettre tout son poids d'un côté</b></p>
<b>L'amorti des membres inférieurs</b>	<p><b>Fléchir ses jambes</b> (Laura, Priscillia, Delphine, Romain, Morgan, Enzo, Armel, Loann, Thibault, Romain)</p> <p><b>Mettre un pied devant</b> (Romain, Morgan, Enzo, Céline, Delphine, Emeline)</p> <p><b>Mettre un pied derrière</b> (Bastien, Jordan, Gael, Maxime)</p> <p><b>Les parties inférieures font ressort</b> (Yaele, Maelle, Céline)</p>
<b>L'amorti des actions adverses</b>	<b>Les bras et les jambes font ressort</b> (Yaele, Maelle, Céline)
<b>Les frottements au sol</b>	<p><b>Rester pieds nus</b> (Yaele, Maelle, Céline)</p> <p><b>Rester à plat sur les pieds</b></p>
<b>La manière de s'engager vers l'adversaire</b>	<p><b>Observer ce que fait l'autre</b> (Léa, Lucie, Déborah)</p> <p><b>Attraper son adversaire en premier</b> (Laura, Priscillia, Delphine)</p> <p><b>Faire bouger l'adversaire sans arrêt</b> (Laura, Priscillia, Delphine)</p> <p><b>Se décaler de la poussée adverse</b> (inconnu)</p> <p><b>Écarter les bras de l'adversaire</b> (inconnu)</p> <p><b>On ne se précipite pas vers l'adversaire</b></p> <p><b>On accompagne les actions adverses pour les amortir</b></p>
<b>L'équilibre par les membres supérieurs</b>	<p><b>Fléchir les bras</b> (Laura, Priscillia, Delphine)</p> <p><b>On écarte les bras</b></p>
<b>Autres</b>	<b>Raidir ou fléchir ses muscles en fonction des actions adverses</b> (Bastien, Jordan, Gael, Maxime)



## Conclusion

Pas toujours facile à organiser dans le cadre des cours d'EPS, les travaux d'écriture des élèves sont néanmoins envisageables et semblent de nature à stimuler et structurer leurs aptitudes cognitives en agissant de concert avec d'autres disciplines scolaires. Avant, pendant ou après les leçons, l'écriture oriente les réflexions et accompagne avantageusement les actions des élèves dans le cadre d'acquisitions de compétences raisonnées conformes aux finalités de la discipline et du socle commun. L'écriture sollicite la verbalisation de chacun et permet de dépasser des appréhensions. Elle prépare, stimule et renforce les apprentissages. Elle constitue une forme de participation qui permet à chacun d'oser s'exprimer pour donner des indications sur lesquelles le professeur a la possibilité de s'appuyer. Elle est un moyen de communiquer de manière claire quand la parole n'est pas maîtrisée. Elle facilite la mise à jour des connaissances et permet le partage. Elle est un moyen pédagogique de réactivation de connaissances, de formulations d'hypothèses, d'innovation qui permet à chacun de tester ses idées et de reconstruire les règles et principes qui sont à apprendre. Le professeur qui demande des travaux de recherche, de restitution, de tri, d'autoévaluation, stimule ainsi les intelligences et les mémoires de ses élèves.

Parce qu'elle offre à chacun la possibilité d'exprimer et de structurer sa pensée, l'écriture est une succession de traces qui constituent une piste utile à soi, aux autres et au professeur pour structurer et orienter de nouveaux apprentissages. L'écriture en EPS, constitue ainsi un moyen de faciliter le suivi des élèves pour eux-mêmes et pour le professeur.