

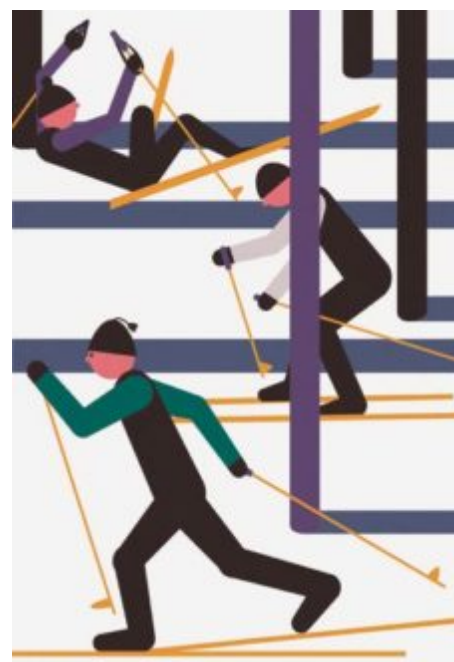
Diversifier l'enseignement: Méthodes basées sur l'apprentissage individuel

L'enseignement ouvert avec des tâches stimulantes permet aux participants d'acquérir de nouveaux éléments en respectant leurs envies et leur rythme d'apprentissage. Les exemples suivants montrent comment les méthodes individuelles peuvent être appliquées judicieusement.

Apprentissage par résolution de problèmes

L'apprentissage par résolution de problèmes, ou apprentissage par problèmes, repose sur le principe que l'on apprend par la pratique, en faisant les choses par soi-même. Il est centré sur l'étude individuelle d'un problème. Les apprenants trouvent des solutions personnelles en s'appuyant sur leurs expériences. A travers l'expérimentation et la variation, ils acquièrent des habiletés motrices adéquates. L'enseignant intervient le moins possible dans le processus d'apprentissage, mais il accompagne et soutient les apprenants.

L'apprentissage par résolution de problèmes est intéressant à tous les niveaux d'apprentissage. La méthode est particulièrement pertinente pour les niveaux «acquérir» et «créer». L'approche créative et ludique des contenus d'apprentissage permet de tenir compte des différents besoins en matière d'apprentissage et ouvre la voie à des cheminements individuels. Attention: la sécurité des apprenants doit être garantie en tout temps. Il est indispensable de définir des règles claires lorsqu'une situation d'apprentissage comporte des risques et des dangers. Les tâches peuvent aussi être fragmentées et intégrées dans une méthode plus structurée.



Démarche méthodologique

Bien que l'apprentissage par résolution de problèmes repose sur un enseignement ouvert, les trois phases suivantes structurent le processus:

1. identifier le problème (comprendre),
2. chercher des solutions (expérimenter),
3. choisir une solution (résoudre).

A l'aide d'un catalogue de questions, les apprenants se familiarisent d'abord avec la problématique. Ils consignent par écrit leurs réflexions à ce sujet. Ils peuvent travailler seuls ou en groupe. L'avantage du groupe est qu'il favorise les échanges d'idées permettant de questionner certains aspects et de faire évoluer la tâche.

Identifier le problème

Les apprenants analysent le problème pour le comprendre.

- De quoi s'agit-il?

- Quelles difficultés faut-il surmonter?
- Comment se présentent les conditions cadres?
- Quelles aptitudes/habilités sont nécessaires pour résoudre le problème? Quelles sont celles dont je dispose?
- Ai-je déjà rencontré des problèmes similaires?

Chercher des solutions

Les apprenants expérimentent des solutions possibles.

- Quelle technique est la plus judicieuse dans le cas présent?
- Quel rythme est-ce que j'adopte?
- Combien de force dois-je dépenser?
- Sur quels repères est-ce que je me base?
- Puis-je résoudre la tâche seul ou ai-je besoin d'aide (personne ou matériel)?
- Quelles parentés de mouvements est-ce que je reconnais, etc.?

Choisir la solution

Les apprenants décident quelle solution correspond le mieux à leurs aptitudes/ habiletés et à la tâche à résoudre. Cette troisième phase est suivie d'une réflexion:

- Quels éléments étaient nécessaires pour résoudre le problème avec succès?
- Que puis-je améliorer et comment puis-je le faire par la suite?
- Si le problème n'a pas été résolu, quelles en sont les raisons?

Exemples de leçon

- [Apprentissage par résolution de problèmes: Nage en immersion](#)
- [Apprentissage par résolution de problèmes: Frisbee](#)

Entraînement par stations

Les mêmes accents sont proposés à tout le monde en même temps. En principe, le participant décide lui-même du temps qu'il passera aux différentes stations, de leur enchaînement et des éléments sur lesquels il entend se concentrer plus spécifiquement, mais le moniteur peut aussi définir les stations obligatoires ou la durée minimale à passer aux postes.

L'entraînement par stations convient à tous les niveaux d'apprentissage, à savoir acquérir, appliquer ou créer. Les tâches doivent toujours être adaptées au degré de compétences des participants.

Phases d'enseignement

L'enseignant explique les différents postes, l'objectif recherché et le déroulement. Il distribue si nécessaire des fiches explicatives. Durant la phase de travail aux postes, l'enseignant observe les participants pour leur donner ensuite des feedback individuels. A la fin, on discute ensemble des exercices, des progrès réalisés, des difficultés rencontrées et de ce qu'on peut retenir par rapport au processus d'apprentissage.



Principes didactiques

- Les apprenants choisissent les postes en fonction de leurs besoins et intérêts.
- Les différents postes sont accessibles à plusieurs personnes en même temps.
- Sur le principe, les apprenants décident de la durée passée aux postes et de leur enchaînement.

Exemple de leçon

- [Entraînement par stations: Introduction](#)

Source: Annette Notz, spécialiste Formation des experts esa, OFSPO



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO