

# Diversifier l'enseignement: Les trois catégories

Des leçons de sport variées et de qualité se caractérisent par le choix de méthodes pertinentes. Le moniteur qui dispose d'un large répertoire de méthodes peut les utiliser de manière flexible et appropriée.



On peut classer les méthodes d'enseignement en trois grands groupes décrits ci-dessous.

## Les méthodes centrées sur l'enseignant

Les méthodes centrées sur l'enseignant prévalent aujourd'hui encore dans nombre de leçons de sport et d'entraînements. Le moniteur pilote le processus d'apprentissage, explique de nouveaux éléments et incite les apprenants à agir; il les observe et contrôle l'exécution. En ne perdant pas de vue l'objectif défini, l'enseignant coordonne et adapte les étapes d'apprentissage avec doigté. Les apprenants, quant à eux, sont réactifs; ils se penchent sur les contenus proposés et suivent les indications du moniteur.

Ces méthodes sont efficaces en ce sens qu'elles permettent d'enseigner à un grand groupe avec un temps de préparation raisonnable. La conception de l'enseignement et l'interaction entre enseignants et apprenants contribuent grandement au succès de la méthode.

→ [Exemples de méthodes centrées sur l'enseignant](#)

## Les méthodes fondées sur la collaboration

Ces méthodes – on parle aussi d'apprentissage coopératif – privilégient le travail à deux ou en groupes. En étudiant un contenu ensemble, les apprenants partagent leurs connaissances et interviennent activement dans le processus d'apprentissage. Par ailleurs, l'apprentissage en commun déclenche des processus cognitifs qui peuvent engendrer un traitement plus approfondi de nouveaux contenus. Cela favorise le climat d'apprentissage, renforce les relations interpersonnelles et sollicite fortement les capacités sociales des apprenants. C'est pourquoi il est essentiel de définir clairement au préalable les tâches et les responsabilités.

Consignes	Exemples	Objectifs pédagogiques
<b>Pertes au niveau de la coordination</b> Problèmes de coordination	«Nous n'avons pas pu travailler! (Sa n'a pas apporté la musique pour notre chorégraphie.)»	Donner des tâches clairement structurées, garantir le cadre organisationnel (la musique est déposée sur une plateforme virtuelle ou remise au moniteur, p. ex.)
<b>Pertes de motivation</b> Frustration affective, ou problème de passage; conditions; décrie l'attitude d'un participant qui se dit que les autres en font déjà assez et n'est pas motivé à apporter sa contribution.	«Que je participe ou non, cela n'a plus aucune importance.»	Définir des tâches qui soient réellement des tâches de groupe, dans lesquelles l'apport de chacun compte, garantir des responsabilités individuelles.
Social loafing ou dilution sociale: qualité de prestation à investir moins dans une tâche collective que dans un travail individuel.	«Personne ne verra que je ne fais pas d'effort.»	Etablir une interdépendance positive, garantir des responsabilités individuelles.
Social effect: décrie l'attitude d'un individu qui s'en remet aux autres pour que le travail soit effectué, parce qu'il ne veut pas être celui qui en fait le plus («le sucker»), c'est-à-dire celui qui se fait avoir, la bonne pointe.	«Je ne vais pas laisser les autres m'exploiter.»	Etablir une interdépendance positive, garantir des responsabilités individuelles.
Fait responsable, désigne le sentiment de ne pas compter.	«Mélane saura de toute façon mieux y faire, il est bon dans tous les sports.»	Définir des tâches qui soient réellement des tâches de groupe, dans lesquelles l'apport de chacun compte, garantir des responsabilités individuelles.

Le tableau ci-dessus, adapté d'après [Kunter et Trautwein \(2013\)](#), décrit les difficultés les plus courantes rencontrées dans le travail par deux et en groupe.

→ [Exemples de méthodes fondées sur la collaboration](#)

## Les méthodes basées sur l'apprentissage individuel

Le moniteur formule une tâche concrète et structure le cadre d'enseignement de manière à devoir intervenir le moins possible dans le processus d'apprentissage. Ces méthodes visent à encourager l'initiative personnelle et l'autonomie des apprenants; elles se caractérisent par des principes pédagogiques, tels que «aider à apprendre par soi-même» et «apprendre par la pratique». Les formes d'apprentissage ouvert constituent un défi pour les apprenants.

L'indifférence, la démotivation ou la passivité peuvent indiquer un surmenage. C'est pourquoi il est essentiel de mettre en oeuvre les méthodes en tenant compte du bagage des apprenants et des conditions cadres. En principe, les personnes avec peu de connaissances préalables ont besoin d'être plus encadrées et de recevoir davantage de feed-back pour prendre confiance et gagner en assurance.

→ Exemples de méthodes basées sur l'apprentissage individuel

---

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



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**