

Méthode du puzzle: Aérobic

Cette préparation de leçon aide à comprendre les principes de la «méthode du puzzle» à la lumière d'un exemple concret, une leçon d'aérobic.

Conditions cadres

- Durée de la leçon: 90 minutes
- Groupe cible: adultes
- Lieu: salle de sport

Objectif d'apprentissage

- Etre capable d'élaborer en groupe une chorégraphie dans laquelle chaque participant apporte sa contribution.

Auteur: Lucy Lieberherr, responsable Intégration (jusqu'à fin 2017), OFSPO

	Phase d'enseignement et contenus	Aspects méthodologiques
Mise en train	<p>25' Introduire le thème</p> <p>Objectif Se déplacer au rythme de la musique. Connaître les symboles des pieds sur les fiches de travail. Réaliser les trois pas de base jogging, jumping jack et straddle. Matériel: Musique, fiches de travail avec les pas (pdf)</p> <p>Echauffement Les participants courent, sautillent et sautent au rythme de la musique. Un volontaire ou une personne désignée par l'enseignant montre les mouvements, les autres les reproduisent. L'enseignant peut varier la vitesse et les musiques.</p> <p>Enchaîner les pas de base en rythme avec la musique L'enseignant montre les pas de base jogging, jumping jack et straddle en respectant le rythme de la musique, les participants les reproduisent. Pour compliquer la tâche, l'enseignant combine les pas de base avec des mouvements de bras.</p> <p>Former les groupes de base</p> <ul style="list-style-type: none">• Le nombre de membres par groupe correspond à celui des pas (on peut aussi laisser de côté certains pas si les participants ne sont pas assez nombreux).• L'enseignant attribue à chaque membre du groupe de base un pas différent ou il laisse le libre choix.	<p>Activer les connaissances préalables Durant cette première phase, il s'agit de faire appel aux expériences des apprenants et de créer ainsi les conditions de base. Ici, l'enseignement est centré sur le moniteur, la méthode fondée sur la collaboration commence avec le travail dans les groupes de base.</p> <p>Principe didactique: tâche de groupe réelle La matière est divisée en plusieurs parties (ici: les différents pas de danse). Chaque membre est responsable d'une partie. La réalisation de la tâche commune (ici: élaborer une petite chorégraphie avec pas imposés) n'est possible qu'avec la contribution de tous les membres.</p>

		Phase d'enseignement et contenus	Aspects méthodologiques
Partie principale	50'	<p>Partager savoir et savoir-faire dans le groupe d'experts</p> <p>Objectifs: Maîtriser les pas d'experts. Etre capable de les transmettre au sein du groupe de base.</p> <p>Matériel: Musique, fiches de travail avec les pas (pdf)</p> <p>Apprendre et exercer les pas à transmettre Les pas sont appris et exercés au sein du groupe d'experts jusqu'à ce qu'ils soient maîtrisés et en accord avec la musique. Toutes les questions sont résolues au sein du groupe.</p> <p>Transmettre les pas dans le groupe de base On discute au sein du groupe d'experts de la meilleure manière de transmettre les pas appris.</p> <p>Transmettre la matière dans les groupes de base</p> <p>Objectif</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participants: endosser le rôle d'expert avec confiance et apporter ainsi sa contribution à la réussite de la tâche collective finale. • Groupe de base: élaborer une petite chorégraphie avec les pas appris et l'exécuter. <p>Matériel: Musique</p> <p>Transmettre les pas dans les groupes de base Les pas appris au sein du groupe d'experts sont transférés dans le groupe de base. La manière de le faire a été définie au préalable dans le groupe d'experts.</p> <p>Elaborer la chorégraphie et l'exercer En combinant les pas appris, les participants développent finalement une chorégraphie. Ils s'exercent jusqu'à ce que chacun maîtrise l'ensemble.</p> <p>Contrôle de l'objectif La chorégraphie est filmée par l'enseignant ou une autre personne. Le groupe de base visionne la séquence. On discute ensuite pour savoir ce qui a procuré du plaisir et ce qui a été ressenti comme difficile, voire exigeant.</p> <p>Matériel: Tablette/smartphone/caméra</p>	<p>Matériel et moyens auxiliaires L'enseignant prépare le matériel et les moyens auxiliaires nécessaires pour permettre aux apprenants de devenir des «experts» autonomes.</p> <p>Principe didactique: interdépendance positive Les membres du groupe de base sont dépendants au sens positif du terme, à savoir que la réussite de la tâche (ici: élaborer une chorégraphie) ou d'une partie de la tâche (ici: apprendre et maîtriser un pas de danse) repose sur la contribution de chacun.</p> <p>Principe didactique: favoriser la responsabilité Les travaux de groupe optimaux définissent les responsabilités individuelles. La transmission des pas appris vers le groupe de base dépend de la contribution de chacun. La fonction d'expert interdit donc de rester en retrait et de simplement profiter du travail des autres.</p> <p>Remarque: Mieux vaut choisir une chorégraphie simple et l'exécuter proprement que de compliquer la tâche et de buter contre sa difficulté.</p>
	Partie finale	15'	<p>Réflexion sur le thème «Coopérer dans le groupe» L'enseignant lance une discussion en plénum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comment as-tu vécu la leçon? • Qu'est-ce qui t'a particulièrement plu? • Comment as-tu pu t'impliquer personnellement dans ton groupe? • Qu'est-ce qui t'a donné du fil à retordre? • Quel serait ton souhait si l'on renouvelait cette expérience de travail en groupe?