

# S'engager dans les apprentissages

**Marjorie Nadal**

DANS **CAHIERS PÉDAGOGIQUES** 2025/1 n° 597, PAGES 35 À 36  
ÉDITIONS **CRAP - CAHIERS PÉDAGOGIQUES**

ISSN 0008-042X

DOI 10.3917/cape.597.0035

Article disponible en ligne à l'adresse

<https://shs.cairn.info/revue-cahiers-pedagogiques-2025-1-page-35?lang=fr>



Découvrir le sommaire de ce numéro, suivre la revue par email, s'abonner...  
Scannez ce QR Code pour accéder à la page de ce numéro sur Cairn.info.



**Distribution électronique Cairn.info pour CRAP - Cahiers pédagogiques.**

Vous avez l'autorisation de reproduire cet article dans les limites des conditions d'utilisation de Cairn.info ou, le cas échéant, des conditions générales de la licence souscrite par votre établissement. Détails et conditions sur [cairn.info/copyright](https://cairn.info/copyright).

Sauf dispositions légales contraires, les usages numériques à des fins pédagogiques des présentes ressources sont soumises à l'autorisation de l'Éditeur ou, le cas échéant, de l'organisme de gestion collective habilité à cet effet. Il en est ainsi notamment en France avec le CFC qui est l'organisme agréé en la matière.



## S'engager dans les apprentissages

Les enseignants cherchent l'engagement de leurs élèves dans un acte volontaire effectif. Un acte que seul l'élève peut poser pour enclencher son processus d'apprentissage. Présentation de quatre activités corporelles pour tisser des liens qui engagent les élèves adolescents.

### ► LE POINT DE DÉPART

Comment faciliter l'engagement des élèves dans leurs apprentissages par une motivation intrinsèque ? Cette motivation où l'élève réalise une activité parce qu'il la trouve intéressante et en retire du plaisir. Cette question situe l'enseignement dans le champ de l'accompagnement, le rôle principal de l'enseignant devenant la mise en place des conditions d'émergence de cette motivation en organisant sa classe avec des dispositifs pouvant satisfaire les trois besoins psychologiques primaires nécessaires à cette émergence : l'autonomie, l'utilisation de compétences et la proximité sociale.

Si la proximité sociale semble aisée au temps de l'enfance (famille, copains et copines d'école), elle se trouve fortement ballottée au temps de l'adolescence. Au collège, il semble donc particulièrement recommandé de prendre le temps de tisser les liens dans le groupe et avec le groupe, pour faciliter l'engagement dans les apprentissages.

### ► MODALITÉS

**Classes :** collège ou lycée, trente élèves

**Espace :** déplacements possibles entre le mobilier, tables en U ou espaces entre les rangées

**Objectif général :** travailler la proximité sociale dans la classe

**Objectif spécifique annoncé aux élèves :** travail de préparation à la prise de parole

**Moyen :** le corps comme ressource (sensations, état, émotion) et comme expression (gestes, mouvements, voix, actions avec les interfaces du regard et de la peau)

**Durée :** soixante minutes

### ► INTRODUCTION DE L'ATELIER

- Explication du cadre : durée, objectif spécifique pour les élèves (l'oral), étapes de l'expérience et du retour d'expérience, piliers du cadre de travail (bienveillance, responsabilisation, confidentialité)
- Questionnement sur la représentation du thème : de quoi a-t-on besoin pour réussir un oral ? Noter les réponses et faire des blocs en sous-thèmes.

### ► PARTIE PRATIQUE

#### A. Favoriser le recentrage sur soi en focalisant sur la perception de son corps.

##### Première activité : ancrer son corps, « Prêt / prête »

1. Se mettre debout ou en bord de chaise.
2. Détendre les articulations par mouvements rotatifs des épaules jusqu'aux chevilles (épaules, coudes, poignets, doigts, hanches, genoux, chevilles).
3. Finir par la tête.
4. Le long de la colonne vertébrale, sentir un fil qui étire le corps vers le plafond en position droite, ancrée. Les bras et les jambes sont détendus autour de cet axe. C'est la position « Prêt / prête ».
5. Couper le fil, tirer le fil pour sentir la différence corporelle.

#### Deuxième activité : mobiliser son corps,

##### « La barre de métro »

1. Se mettre debout et imaginer être dans un métro. Le corps imite le vrombissement du métro en rebondissant de façon constante sur la mi-pointe des pieds. Le mouvement est semblable à celui d'un piston.
2. À la droite de chacun se situe une barre verticale pour se tenir en cas de freinage. Indiquer l'approche d'une station. Au coup de frein, symbolisé par un son vocal ou instrumental, chacun s'accroche à sa barre, avec sa main droite. Tenir la tension sur quelques secondes. Puis indiquer le départ du métro et la reprise des rebonds façon piston.
3. Idem avec une barre verticale à sa gauche, une barre horizontale au-dessus de sa tête à saisir avec ses deux mains, etc.

#### B. Être en relation les uns avec les autres en travaillant le regard

##### Première activité : être en synchronie à deux, « Cowboy »

1. Former aléatoirement des duos.
2. Chaque duo tape ensemble sur ses cuisses. Entre chaque tape sur les cuisses, trois gestes de cowboy sont possibles : charger ses pistolets (mains en l'air), tirer (index et majeurs tendus vers le partenaire), se protéger (bras en croix sur la poitrine).
3. S'entraîner puis faire un match en trois points.

##### Deuxième activité : être en synchronie en groupe, « Marches solo, chœur »

1. Avec cette personne duo, marcher dans la classe côte à côte. Marcher en duo, s'arrêter en duo, repartir en duo. Sans parler.
2. Idem mais avec de la distance entre les personnes du duo.
3. Niveau 2 : Idem tous ensemble. Marcher ensemble, s'arrêter ensemble, repartir ensemble.
4. Niveau 3 : tous en position "arrêt". Une seule personne marche. Quand la personne s'arrête, une autre démarre ; ou bien une deuxième personne démarre, la première s'arrête.
5. Niveau 4 : Idem avec deux personnes qui marchent. Puis trois, quatre, cinq et six personnes.
6. Niveau 5 : chaque personne peut marcher mais uniquement lorsqu'elle est en regard, avec un contact visuel, les yeux dans les yeux avec une personne. Sans regard, la personne s'arrête et cherche un nouveau regard.

### ► PARTIE RÉFLEXIVE

À la fin de l'activité ou du bloc d'activités, analyser cette expérience pour la transformer en apprentissage. D'abord en décrivant le vécu et le ressenti de chacun. Ensuite, en faisant le lien avec les savoirs en jeu. Enfin, en organisant le transfert des acquis dans la vie quotidienne.

Les trois phases de l'expérience vers l'apprentissage peuvent être réalisées de façon collective à l'oral (hauteur de pouce, affiche d'émoticônes, etc.), collective à l'écrit (bande de papier scotché, mur de post-it, etc.), sous forme de prises de parole individuelle (libre, avec balle, etc.), ou encore sous forme individuelle à l'écrit (carnet de bord, fiche, etc.).

Nous avons présenté ces activités comme un bloc d'atelier pour former une séance complète favorisant bien-être et proximité sociale. Mais chaque enseignant peut éga-

lement y piocher des activités à réaliser séparément au fil de son scénario de cours: moments de classe, tâche scolaire ou apprentissages.

Parions qu'en travaillant ce bien-être physique et relationnel avec et entre les élèves, ils sauront s'engager davantage! ■

**Marjorie Nadal**

Pédagogue de théâtre, formatrice au centre Créal (Créations et recherches en éducation, arts et langues)

### BON À SAVOIR

Cette proposition est issue de la pratique d'équipe du centre Créal, association qui travaille sur l'engagement corporel et la créativité dans différents contextes scolaires: classes de français, de maths et de langues en collège et lycée, dispositif relais pour décrocheurs en collège et filières professionnelles.

## Favoriser le bien-être du corps

**Cécile Combettes\***

*L'enseignement de compétences psychosociales nécessite de faire vivre aux élèves des activités où ils engagent leur corps, à l'aide d'un espace et d'un mobilier appropriés. Exemple concret en lycée.*

*L'apprenant doit éprouver physiquement une compétence précise, qu'il pourra ensuite expérimenter concrètement dans sa vie quotidienne.*

Une circulaire interministérielle d'août 2022 annonce que « *la génération 2037 sera la première à grandir dans un environnement continu de soutien au développement des compétences psychosociales*<sup>1</sup> ». Ces compétences ont été

définies par l'Organisation mondiale de la santé, en 1994, comme la capacité d'une personne à faire face aux exigences et défis de la vie quotidienne, afin de maintenir un état de bien-être. Elles sont regroupées en trois catégories: cognitive, émotion-

nelle et sociale. Une question se pose dès lors aux pédagogues: comment faire acquérir des compétences de vie à des jeunes?

Les conditions de ces acquisitions sont les suivantes: d'une part, l'apprenant doit éprouver physiquement, par la pédagogie active lors d'ateliers, une compétence précise, qu'il pourra ensuite

expérimenter concrètement dans sa vie quotidienne. D'autre part, pour favoriser l'implication des adolescents lors de ces interventions, il serait souhaitable de porter une attention particulière à l'aménagement de l'espace, comme facteur de bien-être. Partage de mon expérience en lycée.

### UNE PÉDAGOGIE ACTIVE

Pourquoi et comment engager physiquement le jeune dans l'apprentissage d'une compétence psychosociale? Le rapport de Santé publique France<sup>2</sup> présente les critères d'une intervention au travers de l'acronyme SAFE: séquencée (plusieurs ateliers), active (expérientiel), focalisée (sur une compétence psychosociale) et explicite (dire clairement dans quel but l'atelier est réalisé).

Le A de « active » invite au passage à l'acte. Tous les programmes de développement des compétences psychosociales utilisent essentiellement les

\* Cécile Combettes est professeure documentaliste, lycée Notre-Dame de Bury (Val-d'Oise).

<sup>1</sup> <https://miniurl.be/r-5trq>.

<sup>2</sup> Rapport complet: *Les compétences psychosociales, état des connaissances scientifiques et théoriques*, 2022.