

## 1<sup>re</sup> partie : Introduction à *bewegunglesen.ch*

*Bewegunglesen.ch* est une plateforme Internet interactive conçue pour la formation à l'analyse du mouvement, compétence-clé pour l'enseignement de l'éducation physique et sportive à l'école. Les trois étapes du processus didactique, *observer – évaluer – conseiller*, peuvent être exercées sur des vidéos directement issues de la pratique de l'enseignement de l'éducation physique et sportive (ci-après EPS).

### Situation initiale : l'enseignement de l'éducation physique et du sport à l'école

Les enseignants en EPS portent un intérêt personnel et professionnel à de nombreuses disciplines sportives. Leur objectif est avant tout de transmettre à leurs élèves leur expérience, leurs connaissances et leur savoir-faire. Du point de vue de la performance, ils ont généralement une bonne connaissance des attentes et des capacités de leurs élèves et ils planifient et conçoivent leur enseignement en se référant aux standards spécifiques de chaque degré scolaire.

De leur côté les élèves, en s'engageant dans un processus d'apprentissage, souhaitent connaître les moyens d'atteindre ou de dépasser les objectifs fixés et notamment savoir comment réaliser les mouvements pour y parvenir. Progresser génère de la motivation. Le rôle de l'enseignant en EPS est donc d'accompagner le processus d'apprentissage du mouvement afin de favoriser cette progression.

### Visualiser le mouvement – lire le mouvement

*Visualiser le mouvement* ou *percevoir* le mouvement a été un élément primordial dans le développement et dans la survie de l'espèce humaine, tant pour s'alimenter que pour échapper à ses ennemis. Si de nos jours cette faculté n'est plus d'une importance vitale, elle reste, dans l'enseignement du sport, un élément central.

À titre d'exemple, l'exécution d'une *roulade avant*. Visualiser le mouvement de manière ciblée met en œuvre, chez celui qui observe, un processus cognitif complexe du traitement des informations. *Visualiser le mouvement* est la condition première pour *lire le mouvement*.

### Que signifie lire le mouvement ?

Lire le mouvement exige une analyse précise de l'exécution du mouvement. Pour reprendre notre exemple, *lire la roulade* c'est faire bien davantage qu'observer quelqu'un se mouvoir. *Lire le mouvement* signifie procéder à une évaluation fine de la conduite motrice à partir d'une observation basée sur des critères précis. À l'instar de la langue écrite, les mouvements sportifs peuvent également être lus, perçus et compris. *Lire le mouvement* signifie donc vérifier et analyser des habiletés motrices, en regard des mouvements-clés et des positions-clés qui les composent. Dans une perspective d'enseignement, *lire le mouvement* implique de procéder en trois étapes :

**Observer** : visualiser l'exécution de mouvements et les observer en se basant sur son expérience personnelle

**Évaluer** : détecter des erreurs de mouvement et les évaluer sur la base de critères définis

**Conseiller** : comprendre l'exécution de mouvements et être à même de donner des conseils en se basant sur des critères prédéfinis.

Les questions décisives qui se rapportent à chaque étape de ce processus didactique sont :

**Observer** : Quels sont les critères majeurs à observer ?

**Évaluer** : Quelles sont les erreurs de mouvement les plus significatives ?

**Conseiller** : Quels sont les "feedbacks" permettant d'influencer favorablement les facteurs d'apprentissage ?

*Remarque* : Les réponses aux questions ci-dessus sont toujours interdépendantes. *Observer* et *évaluer* sont les compétences de base qui permettent de *lire* un mouvement. De même, conseiller de façon à favoriser l'apprentissage est en relation directe avec la qualité du processus d'observation et d'évaluation. On peut donc affirmer que celui qui est à même d'observer et d'évaluer dispose des ressources permettant de conseiller et de faire progresser l'élève.

## Concept pédagogique

La compétence à lire le mouvement est une forme d'application du concept pédagogique, *observer – évaluer – conseiller*, développé par l'Office fédéral du sport.

La plateforme e-Learning *bewegunglesen.ch* a pour but d'améliorer les échanges entre apprenants et enseignants dans le domaine de l'apprentissage du mouvement.

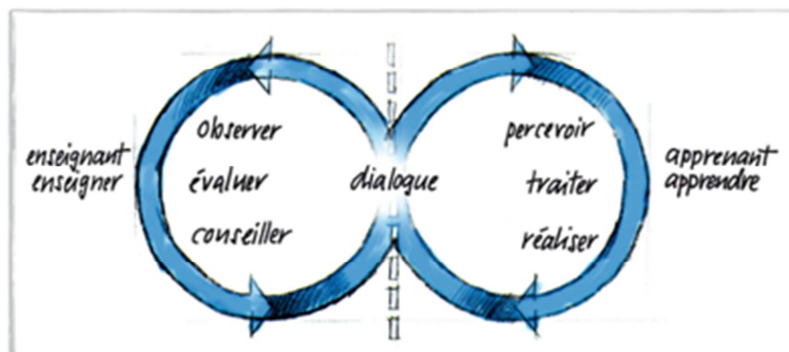


Figure 1. Modélisation du concept pédagogique (BASPO, 2009)

### Situation initiale – Lire le mouvement

*Bewegunglesen.ch* ne présente pas des modèles d'habiletés motrices à imiter, mais davantage des formes de mouvement plus ou moins élaborées, produites par des élèves qui ne sont pas spécialistes dans la discipline sportive considérée. Le concept pédagogique de l'apprentissage par la découverte est à la base de cet outil didactique. Ce procédé permet aux utilisatrices et aux utilisateurs d'acquérir une image correcte du mouvement. Le fait de porter l'attention sur les critères d'observation essentiels facilite la détection des erreurs et permet ensuite de conseiller efficacement l'apprenant. La connaissance des mouvements et des positions-clés acquise par cette méthode de formation ouvre une voie aux enseignants pour conseiller et évaluer les tâches de remédiation qui mènent progressivement à la maîtrise du geste sportif.

La lecture du mouvement est une compétence essentielle, trop souvent insuffisamment considérée, à laquelle on consacre trop peu de temps dans l'enseignement du sport. *Bewegunglesen.ch* est un moyen d'enseignement en ligne interactif, développé justement dans le but d'accroître le temps d'apprentissage de cette compétence et d'en améliorer la qualité. La plateforme e-Learning offre deux modes d'apprentissage : un mode *entraînement à l'analyse du mouvement* (en accès libre) et un mode *entraînement avec suivi et évaluation des compétences d'analyse* (accès avec login). Ce second mode permet au formateur de suivre l'apprentissage de ses étudiants et de certifier les compétences acquises. Par ailleurs, l'utilisateur peut facilement et en tout temps visualiser ses performances en se connectant sur son compte personnel. Ce moyen d'enseignement flexible est idéal pour une formation autonome et personnalisée ; l'utilisateur peut l'utiliser au gré de ses disponibilités.

Les vidéos et les animations proposées contribuent à une plus grande efficacité dans l'apprentissage de la *lecture du mouvement* et renforcent la compréhension de ce concept de pédagogie sportive.

Durant ces trois dernières années, l'offre de moyens d'enseignement dans le sport via le Web s'est élargie de manière marquante. À titre d'exemple, les sites *dance-360-school.ch* de Cécile Kramer et *mobilesport.ch* de l'Office Fédéral du Sport (OFSP), apportent un soutien réel à tous ceux qui, dans leur activité pédagogique, sont concernés par l'enseignement du mouvement. Le site *gymfacts.ch* de l'Institut du Sport et des Sciences du Sport de Bâle propose également une aide significative, au travers de vidéos présentant erreurs et corrections dans les différentes phases du mouvement.

Les outils d'*e-Learning* présentent l'avantage d'être accessibles à tous mais aussi d'offrir des contenus qui peuvent être actualisés en permanence, notamment en fonction des commentaires et des demandes des utilisateurs.

## 2<sup>e</sup> partie : Méthode de travail – *bewegunglesen.ch*

Le schéma 2 montre la succession des tâches à suivre pour apprendre à lire le mouvement. Les différentes étapes de la formation à l'analyse du mouvement sont expliquées ci-après avec l'exemple du *Lancer de la balle avec trois pas d'élan*.

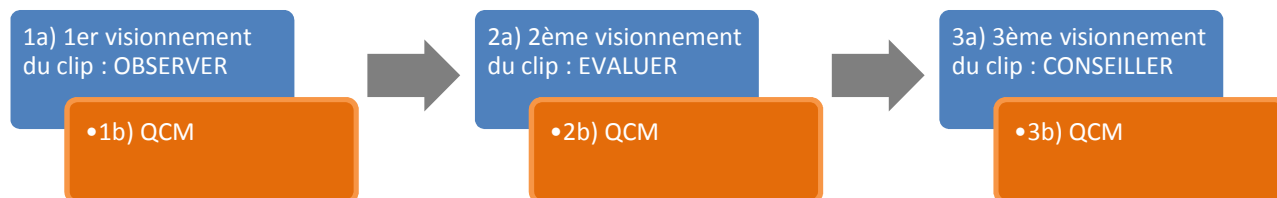


Figure 2. Représentation schématique des trois étapes d'analyse du mouvement de la plateforme e-Learning *bewegunglesen.ch* (Hensiger, 2012)

### 1a) Observer : visionner le clip vidéo

Lorsqu'on clique sur l'image fixe d'habileté motrice choisie, la vidéo démarre et repasse automatiquement à trois reprises, sans possibilité d'agir sur le défilement : tout d'abord deux fois à vitesse réelle puis une fois au ralenti. Lors de cette première étape il s'agit de diriger son attention sur les parties du corps et du mouvement qui nous intéressent plus particulièrement.



Figure 3. Capture d'écran athlétisme\_lancer avec 3 pas d'élan ([www.bewegunglesen.ch](http://www.bewegunglesen.ch), 2012)

#### 1b Observer - répondre aux questions

Au terme de ces trois premières observations, une liste à choix multiples de critères d'observation spécifiques au mouvement analysé apparaît. Après avoir sélectionné les critères jugés pertinents, l'observateur fait corriger ses choix. Une fois les bonnes réponses connues, il est nécessaire de choisir les critères ou positions-clés les plus pertinents sur lesquels se focaliser lors du prochain visionnement de la vidéo.

#### Questions : quels sont les critères principaux à observer ?

- Position de lancer : sur le côté, poids sur le pied d'appui ?
- Foulée d'impulsion : plat et sur un rythme correct (tam-ta-tam) ?
- Pieds au sol pendant le lancer ?
- Bras tendu en position de lancer ?
- Rotation genou-hanche-épaule lors du mouvement de lancer ?
- Remarque-t-on une position cambrée ?
- Coude haut et dirigé vers l'avant lors du mouvement de lancer ?
- Jambe avant tendue ?

## 2a) Évaluer : visionner le clip vidéo

Lors de la deuxième étape de l'analyse, la même séquence est à nouveau répétée à trois reprises. À ce stade, il s'agit de vérifier si les critères d'observation retenus sont bien exécutés tels que décrits précédemment.



Figure 4. Capture d'écran\_athlétisme\_lancer avec 3 pas d'élan (www.bewegunglesen.ch, 2012)

### 2b) Évaluer : répondre aux questions

Sélectionner à nouveau, dans la liste proposée, les erreurs détectées chez l'élève et soumettre ses réponses pour correction. Les erreurs détectées pourront être examinées encore une fois, en toute tranquillité, lors du troisième visionnement. Cette seconde étape permet également de réfléchir aux commentaires à communiquer à l'élève.

#### Questions : quelles sont les principales erreurs de mouvement ?

- Le rythme de la prise d'élan n'est pas adapté
- Pendant le lancer la jambe d'appui se dérobe
- Pendant le lancer le coude n'est pas dirigé vers l'avant, au-dessus de la tête
- La position cambrée n'est pas visible
- En position de lancer, l'ouverture latérale n'est pas visible
- En position de lancer, le poids ne se trouve pas sur le pied d'appui.

### 3a) Conseiller : visionner le clip vidéo

Lors du troisième visionnement, le même film est projeté au ralenti et s'arrête sur les erreurs de mouvement préalablement identifiées par les experts (voir doc. FAQ). Afin de faciliter la comparaison entre le mouvement effectué et le mouvement correct, les erreurs sont soulignées par des lignes de couleur (orange = erreur de position, blanc = position correcte).



Figure 5. Capture d'écran athlétisme\_lancer avec 3 pas d'élan (www.bewegunglesen.ch, 2012)



Figure 6. Capture d'écran athlétisme\_lancer avec 3 pas d'élan (www.bewegunglesen.ch, 2012)

#### Conseiller : répondre aux questions

Enfin, dans la liste de "feedbacks" proposés, sélectionner parmi, les feedbacks proposés, les réponses qui semblent correctes et les soumettre pour correction.

#### Questions : quelles sont les réponses favorables aux apprentissages ?

- La forme globale du mouvement semble bonne
- Pendant le lancer, maintiens les deux pieds au sol
- Après la foulée initiale, maintiens le haut du corps appuyé sur la jambe arrière
- Amène le coude en avant, au-dessus de la tête
- Tends le bras lanceur
- La forme détaillée du mouvement semble correcte
- Ta jambe d'appui ne doit pas glisser.

### 3<sup>e</sup> partie : Bases théoriques – *bewegunglesen.ch*

Les trois étapes de l'analyse du mouvement sont reprises dans cette troisième partie et discutées du point de vue de leurs références théoriques.

**Observer** : visualiser l'exécution de mouvements en se basant sur son expérience personnelle

**Évaluer** : détecter les erreurs de mouvement et les évaluer en fonction de critères précis

**Conseiller** : comprendre l'exécution de mouvements et être en mesure de donner des conseils en en se basant sur des critères précis

*Questions décisives relatives à ces trois tâches :*

**Observer** : Quels sont les principaux critères d'observation ?

**Évaluer** : Quelles sont les erreurs de mouvement significatives ?

**Conseiller** : Quels sont les "feedbacks" permettant de favoriser les apprentissages ?

*Sources* : Les modalités d'entraînement de la *lecture du mouvement* figurant sur *bewegunglesen.ch* sont fondées sur les développements théoriques de Hotz (1997).

#### 1<sup>re</sup> étape de l'analyse du mouvement : observer

##### *Visualiser le mouvement*

Pour l'observateur l'enjeu est de développer une perception précise du mouvement. Grâce à un traitement visuel ciblé, avec des angles de prise de vues bien adaptés (par exemple la position par rapport à l'athlète), l'observateur va renforcer sa capacité à visualiser le mouvement.

##### *Observer le mouvement en se référant à son expérience personnelle*

Il est toujours difficile d'observer des mouvements de manière neutre, car celui qui observe se réfère très fréquemment à son expérience personnelle. Or, nous construisons nos expériences personnelles en combinant nos compétences motrices avec les connaissances théoriques acquises. Par connaissances, on entend ici les schémas moteurs mémorisés, les notions purement théoriques, les habiletés motrices (tels que séquences de mouvements), ainsi que les aspects émotionnels.

Une analyse réflexive de sa propre expérience, mise en relation avec des connaissances théoriques, permet une compréhension réelle et approfondie du mouvement. On peut donc affirmer que plus il y a compréhension du *mouvement correct*, plus il sera possible d'observer le mouvement avec précision. Observer à partir de sa propre expérience est donc bien davantage que simplement "regarder" comment une personne effectue un mouvement. La compréhension est donc toujours à la base de l'observation du mouvement.

##### *Quels sont les principaux critères de visualisation ?*

La plateforme e-Learning *bewegunglesen.ch* propose à l'utilisateur un choix de critères de visualisation. Lors de chaque visualisation, l'attention est focalisée sur les mouvements et sur les parties du corps qui contribuent à la réussite ou à l'échec d'un enchaînement moteur. Par exemple, pour une *roulade avant*, il est nécessaire d'observer comment le bassin est tiré vers le haut, comment s'opère le déplacement du poids du corps sur les mains, comment celles-ci doivent être posées au sol à largeur d'épaules, comment la poitrine est ramenée aux genoux, comment la tête est enroulée, etc. Dans un langage simple on dirait que l'exécution du mouvement fonctionne. Cependant, le point central à observer est la manière dont la tête s'enroule, car cet élément est déterminant pour la vitesse de rotation. Or, plus la vitesse de rotation est élevée, plus on obtiendra une exécution ergonomique et fluide du mouvement. Tenir la tête hors du centre de rotation freine le déroulement du mouvement. En conclusion, en se concentrant prioritairement sur la position de la tête, l'observateur visualise la partie du corps qui permet une bonne exécution de la *roulade avant*.

*Bewegunglesen.ch* offre l'ensemble des critères d'observation pour chaque enchaînement moteur proposé sur vidéo. La méthode part du principe que tous ces critères ne sont pas d'égale importance (voir aussi 1.8.2) et que seuls certains *mouvements-clés* sont déterminants pour la bonne exécution d'une séquence. On qualifie ces mouvements-clés de *critères de réalisation principaux* et on établit une distinction entre ceux-ci et les *éléments secondaires* d'un mouvement, propres à chaque individu.

Les tâches et modalités d'analyse proposées sur *bewegunglesen.ch* favorisent l'apprentissage des *critères principaux de réalisation* à observer pour une multitude d'habiletés motrices dans de nombreuses disciplines sportives enseignées à l'école. Les reconnaître permet ensuite de déterminer les critères de réussite indispensables pour bien conseiller et orienter l'élève dans son parcours d'apprentissage par *essais-erreurs*.

### Effets formatifs de la phase de la première étape d'observation

- ✓ Identifier les principaux critères d'observation, respectivement les mouvements-clés et les positions-clés permettant d'exécuter un enchaînement moteur avec habileté
- ✓ Acquérir une compréhension plus précise du mouvement en établissant une différenciation entre points principaux et secondaires
- ✓ Visualiser clairement les mouvements et positions-clés en focalisant son attention sur les critères de réalisation principaux
- ✓ Déterminer, à l'intérieur du mouvement ou d'un enchaînement, les éléments centraux en les distinguant de la part liée au style personnel propre à chacun.

## 2e étape de l'analyse du mouvement : évaluer

### Déterminer les erreurs de mouvement

Les informations collectées dans la phase d'observation ouvrent la voie à la seconde étape : la phase d'évaluation. La connaissance précise des critères de réalisation permet d'éviter de commettre des erreurs de jugement ou d'appréciation en se basant sur des observations fausses ou peu pertinentes.

Une observation focalisée sur des points précis permet de mieux détecter les erreurs de mouvement. En effet, en se concentrant sur un nombre restreint de critères d'observation, on renforce non seulement la capacité de percevoir mais aussi d'évaluer. Sur *bewegunglesen.ch*, mouvements et séquences peuvent être visionnés à plusieurs reprises. Cette possibilité offre à l'utilisateur la possibilité de se focaliser à chaque passage sur différents critères d'observation. Cette méthode est également vivement recommandée dans l'enseignement. En effet, évaluer trop tôt présente le risque que l'on considère comme erreur de mouvement la part qui, dans un apprentissage, n'est pas encore contrôlée par l'élève. En EPS il est très fréquent que les apprenants ne soient pas encore en mesure d'assurer une exécution stable des mouvements et une erreur peut très souvent ne plus apparaître au fil des répétitions. Une correction est donc appropriée si la même erreur se répète à plusieurs reprises.

### Évaluer des erreurs de mouvement en s'appuyant sur des critères

Il est très difficile d'observer les mouvements de manière objective ou neutre. Ce constat n'est pas nouveau. En phase 2, *évaluer*, l'observation se fait sur la base de critères d'évaluation. Sur *bewegunglesen.ch* les critères d'évaluation viennent compléter les mouvements et les positions-clés. L'observateur se réfère donc à ces critères d'évaluation en comparant constamment mouvement idéal et mouvement observé. La comparaison permettra de dire si le mouvement est correct, que ce soit de manière précise ou encore sommaire. Si la comparaison révèle de grands écarts entre le mouvement exécuté et sa forme attendue, cela indique qu'on est très vraisemblablement en présence d'erreurs dans l'exécution du mouvement.

Pour détecter avec pertinence des erreurs de mouvement il est essentiel de disposer de l'intégralité des critères d'évaluation. A-t-on préalablement identifié les principaux critères d'observation ? Pour pouvoir donner un "feedback" efficace à l'apprenant, il est très important de ne sélectionner que les critères d'évaluation qui se réfèrent aux erreurs majeures.

### Quelles sont les principales erreurs de mouvement ?

Grâce à une bonne connaissance des mouvements et des positions-clés, il est plus facile de déterminer les principales erreurs de mouvement. À l'aide d'un exemple concret, il est possible de mieux faire comprendre quelles sont ces erreurs. Exemple : malgré d'importants efforts, la *roulade avant* n'est toujours pas maîtrisée. Un regard sur la liste des critères d'évaluation observables permet d'identifier les causes possibles de l'échec :

1. Le postérieur n'est pas tiré vers le haut
2. L'appui latéral avec transfert du poids de corps sur les mains fait défaut
3. La poitrine ne se dirige pas en direction des genoux

4. Le menton n'est pas amené vers la poitrine
5. La nuque n'est pas située au niveau des mains
6. Le mouvement n'est pas exécuté dans l'axe transversal du corps.

Tous les points d'observation ci-dessus ont été précédemment reconnus comme *éléments décisifs* pour la réalisation de l'habileté. Si ces éléments-clés ne sont pas réalisés, on court le risque de surcharge de la colonne cervicale. Autres conséquences, soit le mouvement de roulade ne peut pas se produire, soit la roulade est désaxée. Dans ces conditions, l'habileté ne peut pas être identifiée comme une *roulade avant*.

Dans cet exemple on ne parle pas encore de *forme sommaire*, car les mouvements et les positions-clés ne peuvent pas être clairement identifiés. On peut réellement parler de forme de mouvement sommaire lorsque, durant le processus d'apprentissage, on constate que les mouvements et positions-clés contribuent à améliorer l'exécution de la séquence. Dans l'évaluation d'un enchaînement de mouvements, la qualité d'exécution des mouvements-clés et des positions-clés se révèle donc être un facteur décisif.

On parlera de *forme motrice maîtrisée* si, à ce qui précède, s'ajoutent un contrôle plus précis qui augmente l'efficacité de l'exécution. Les formes maîtrisées de mouvement se distinguent par un haut niveau de coordination et de contrôle. Elles ont la plupart du temps un caractère singulier, en ce sens qu'elles laissent apparaître le style personnel de l'exécutant.

Dans l'exemple de la *roulade avant*, on parlera d'exécution sommaire lorsque les principaux mouvements-clés et positions-clés de l'habileté motrice seront clairement identifiables. Dans l'exécution d'une habileté peuvent s'ajouter encore d'autres éléments : tenue du corps bien marquée, mouvement global dynamique dû à une position compacte avec jambes serrées, etc. En pareil cas on conclut à une forme de mouvement maîtrisée avec un niveau élevé de coordination et de contrôle.

Dans la pratique scolaire et populaire du sport, il n'est pas forcément indispensable de recenser, de manière exhaustive, toutes les erreurs possibles de mouvement. Ce n'est pas la perfection d'exécution d'une habileté motrice qui est recherchée, mais bien davantage la réussite d'une forme motrice sommaire ou maîtrisée qui est importante. Il conviendra donc de poser des exigences différenciées et individualisées en fonction du degré scolaire et du niveau de performance des apprenants. L'approche évoquée ci-dessus permet aux enseignants en EPS de jouer leur rôle de "conseiller en motricité". En se basant sur les points principaux à observer menant à des critères d'évaluation, ils seront à même d'aider les apprenants à corriger de manière efficace leurs principales erreurs de mouvement.

#### Effets formatifs de la deuxième étape de lecture du mouvement

- ✓ *Identification des principales erreurs dans l'exécution d'un mouvement*
- ✓ *Les points d'observation conduisent à déterminer des critères d'évaluation basés sur les erreurs de mouvement*
- ✓ *La comparaison entre mouvement observé et mouvement idéal permet d'évaluer la qualité du mouvement.*



### 3<sup>e</sup> étape de l'analyse du mouvement : conseiller

#### Comprendre le mouvement

La 3<sup>e</sup> phase, *conseiller*, se construit sur la base des deux phases précédentes : *observer* et *évaluer*. Comprendre les enjeux propres à l'exécution d'un mouvement permet de décrire cette habileté en s'appuyant sur les points principaux d'observation. De même, la méthode qui consiste à comparer *mouvement observé* et *mouvement idéal* permet de détecter des erreurs dans l'exécution d'un enchaînement de mouvements ou dans une habileté motrice isolée.

#### Conseiller en se basant sur les critères d'évaluation

Pour *conseiller* il est indispensable de *comprendre* le mouvement et, pour le faire de manière efficace, on doit au préalable être capable d'*observer* et d'*évaluer*.

Les connaissances sur la qualité d'exécution des mouvements et des positions-clés sont des éléments importants à prendre en compte pour conseiller de manière efficace. Pour cette troisième phase, *bewegunglesen.ch*, apporte des indications relatives aux mouvements-clés et positions-clés au moyen de séquences animées ou figées. De cette manière on apporte des éléments de réponse et des repères partout où des "feedbacks" sont nécessaires. Pour que ces retours agissent efficacement sur les apprentissages, il conviendra toutefois de respecter quelques principes didactiques et méthodologiques fondamentaux.

#### Quels sont les "feedbacks" pertinents pour l'apprentissage ?

Il est possible de vérifier directement auprès des élèves si les "feedbacks" donnés ont les effets souhaités. D'autres indices tels qu'un meilleur timing, une augmentation mesurable de la performance ou encore les commentaires des élèves, montrant qu'ils ont une représentation plus claire du mouvement, permettent également de conclure que l'apprentissage est en voie d'acquisition.

#### Principes généraux concernant les "feedbacks" utiles à l'apprentissage

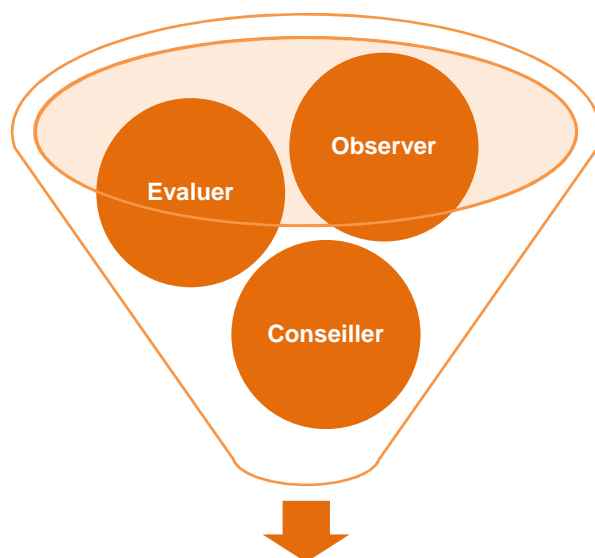
- être convaincu que chacun-e peut progresser
- mettre en valeur les aspects positifs, complimenter
- transmettre une "culture positive de l'erreur", car celle-ci permet de s'améliorer
- utiliser des formulations positives
- adresser les "feedbacks" personnellement et si possible en l'absence "d'auditeurs"
- limiter le nombre de "feedbacks" à des points précis
- laisser suffisamment de temps pour que les "feedbacks" puissent être intégrés.

#### Principes pour individualiser les "feedbacks"

- adapter son langage en fonction de l'élève et de son profil
- prendre en compte les différentes manières d'apprendre
- prendre en compte les différentes formes de motivation
- prendre en compte le point de vue des apprenants et susciter le feedback des élèves
- choisir judicieusement le moment du feedback, de préférence peu après l'exécution du mouvement.

#### Effets formatifs de la troisième étape de lecture du mouvement

- ✓ formuler des "feedbacks" individualisés et adaptés à la situation d'apprentissage
- ✓ les "feedbacks" seront d'autant plus efficaces qu'ils peuvent être compris et assimilés par l'apprenant.



## Lire le mouvement

Figure 7. L'entonnoir (Hensinger, 2012)

### Observer

- Observer en se basant sur l'expérience
- Orienter son regard sur des points précis du mouvement et les mémoriser
- Attention focalisée sur le déroulement du mouvement
- Favoriser une perception globale du mouvement
- Favoriser une compréhension des aspects individuels du mouvement
- Prise en compte du niveau de formation

### Évaluer

- Évaluation selon des critères déterminés
- Comparaison entre mouvement effectué et mouvement correct
- Écouter et questionner : prendre en compte le point de vue de l'apprenant
- Prendre en compte du niveau de l'élève

### Conseiller

- Conseiller selon des critères déterminés
- Clarifier les mouvements et les positions-clés
- Utiliser un langage imagé, démontrer, favoriser la mémoire visuelle
- Expliciter le déroulement du mouvement, utiliser des métaphores (mémoire symbolique)
- Favoriser de nombreuses répétitions du mouvement (mémoire motrice)

Tableau 1. Principes fondamentaux : *bewegunglesen.ch* (Hensinger, 2012)

## **Bibliographie**

Handnotizen von Vorlesungen bei Arturo Hotz an der Uni Bern (2003) und der ETH Zürich (2005).  
Hotz, A. (1997). *Qualitatives Bewegungslernen*. Bern, Schweiz. Verband für Sport in der Schule (SVSS).  
OFSPPO (Ed.) (2009). *Manuel-clé Jeunesse&Sport*. Macolin : OFSPPO.

## **Index des illustrations**

Figure 1. Modélisation du concept pédagogique (BASPO, 2009).....	2
Figure 2. Représentation schématique des trois étapes d'analyse du mouvement de la plateforme e-Learning bewegunglesen.ch (Hensiger, 2012).....	3
Figure 3. Capture d'écran athlétisme_lancer avec 3 pas d'élan (www.bewegunglesen.ch, 2012).....	3
Figure 4. Capture d'écran_athlétisme_lancer avec 3 pas d'élan (www.bewegunglesen.ch, 2012).....	4
Figure 5. Capture d'écran athlétisme_lancer avec 3 pas d'élan (www.bewegunglesen.ch, 2012)	
Figure 6. Capture d'écran athlétisme_lancer avec 3 pas d'élan (www.bewegunglesen.ch, 2012)	5
Figure 7. L'entonnoir (Hensiger, 2012).....	10

## **Index des tableaux**

Tableau 1. Principes fondamentaux : bewegunglesen.ch (Hensinger, 2012).	
---	--