

L'apprentissage en mouvement pour que «l'école bouge»

Huit fois huit? Soixante-quatre, et on tourne. Neuf fois sept? Soixante-trois, on saute en écartant les jambes. Le livret en mouvement et avec le sourire est l'une des nombreuses activités proposées par le programme «l'école bouge» que Bibiane Deillon, enseignante à Vuisternens-devant-Romont, pratique quotidiennement avec ses élèves de 6-7H. Et ils en redemandent. Alors, comment concilier efficacement math, allemand, environnement et mouvement?

Ramon Martos, éducation21

Cela fait déjà cinq ans que Bibiane Deillon est inscrite au programme «l'école bouge». Passionnée de sport, lorsqu'elle a entendu parler de l'offre par une collègue, elle a tout de suite été emballée. «J'ai souhaité intégrer la démarche dans mon enseignement et partager ce type d'activités avec les élèves», se rappelle l'enseignante fribourgeoise. Et comme le matériel était mis gratuitement à disposition, la décision a été vite prise.

Une motivation pour les enfants de venir à l'école

Les élèves sont les premiers à se réjouir de cette décision. «Ces activités favorisent le plaisir et la motivation des enfants à venir à l'école. Ils savent qu'à certains moments de la journée, ils vont pouvoir souffler et poser le crayon, bouger et évacuer la tension», nous confie-t-elle. Après ces courtes pauses en mouvement, la batterie est rechargée et la concentration revient rapidement.

Pour Bibiane Deillon, le programme «l'école bouge» s'intègre parfaitement au Plan d'études romand (PER) qui met en évidence ces nouveaux aspects liés à la santé, à l'alimentation et au mouvement. La démarche donne l'opportunité de travailler les compétences demandées sans énorme investissement. Puis, le temps consacré à ces activités est largement compensé par l'efficacité du travail réalisé. Mais comment intégrer ces exercices dans son enseignement au quotidien? L'en-

seignante de la Glâne fribourgeoise nous relate son expérience.

Pendant la leçon, j'ai été étonné de voir vos élèves descendre et monter les escaliers du bâtiment à pieds joints pour écrire leur dictée. Que faisaient-ils exactement?

Une dictée sportive, c'est tout de même plus sympa. Les élèves sont allés consulter le texte qui était affiché en bas du bâtiment, puis ils l'ont retranscrit dans leur cahier. Pour s'y rendre, on a convenu que les déplacements s'effectuaient en sautant à pieds joints. La démarche permet notamment d'exercer les règles d'orthographe travaillées tout en favorisant l'exercice et la coordination du mouvement.

Sinon, quels types d'activités ou de modules du programme pratiquez-vous?

Pour la période en cours, j'ai choisi les modules «Bouger en musique» et «Footbag+». Mon chef de sport alterne entre les deux, avec des activités le matin et l'après-midi. «Bouger en musique» permet de jouer avec le rythme et d'exercer sa coordination. «Footbag+» est davantage un jeu d'adresse qui donne l'occasion de jongler, travailler l'équilibre, lancer des objets.

Associez-vous ces activités avec d'autres branches comme les langues, l'environnement?...

En allemand, par exemple, on a travaillé les différentes parties du corps qui faisaient partie du nouveau vocabulaire. En math, comme vous l'avez vu, on répète les livrets en mouvement. L'association est facile à faire et n'a pas de limites. On essaie aussi de rendre les élèves attentifs à leur alimentation à partir de la pyramide alimentaire, sur ce qu'ils boivent ou prennent comme goûter aux récréations.

Est-ce que ces activités favorisent l'intégration des élèves et la cohésion dans la classe?

J'ai noté une claire évolution de ces aspects depuis l'introduction du programme. La convivialité des activités gomme les différences, rapproche filles et garçons et permet d'intégrer ceux qui rencontrent des difficultés scolaires. Et c'est important à leur âge et pour leur estime de soi.

Programme «l'école bouge»

Si vous souhaitez pratiquer au moins vingt minutes d'activité physique quotidienne dans votre classe, le programme vous propose gratuitement des idées et conseils pratiques. Pour l'année scolaire 2014/2015, onze modules d'activité physique, ainsi que deux modules complémentaires sont disponibles. Vous pouvez en choisir jusqu'à quatre par année. Le programme est dirigé par l'Office fédéral du sport (OFSP) avec le soutien de la CDIP. www.ecolebouge.ch

Vidéos des activités de la classe et entretien complet sur: www.education21.ch/fr/ecolebouge