Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport

Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école

Band: 7 (2005)

Heft: 1

Artikel: Cellules grises sens dessus dessous

Autor: Gautschi, Roland

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-995782

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

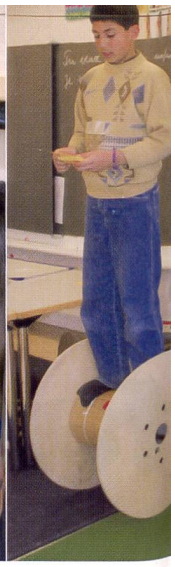
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 01.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch



Apprentissage mobile

Cellules grises

Depuis six ans, les cours d'Edi Buser décoiffent. Enseignant du secondaire, il a transformé sa classe en arène de cirque pour y appliquer une méthode didactique en mouvement. Passionnante, changeante, saine et efficace. Et les résultats scolaires décollent.

Roland Gautschi

Le tableau est digne d'une représentation de cirque. Une fille en équilibre sur un gros rouleau de câble jongle avec trois carrés de tissu multicolores en lisant à mi-voix dans un livre posé sur un présentoir. Devant elle, un garçon se déplace à reculons sur une poutre large de 15 centimètres, et soliloque, une perche en bois multicolore à la main. En s'approchant, on finit par comprendre ce qu'il dit: «c'est brun», «c'est bleu» ou «c'est vert», puis on saisit ce qu'il fait. Il répète les couleurs peintes sur la perche. Le reste de la classe travaille tranquillement. Tous sont concentrés, sagement assis sur leurs bancs. Pour les 23 élèves d'Edi Buser, enseignant du secondaire à Biberist dans le canton de Soleure, c'est un après-midi de cours tout à fait ordinaire.

Sortir du triangle des Bermudes

«L'important, pour moi, c'est le rythme», nous dit Edi Buser, et d'évoquer les débuts musicaux de sa pédagogie fondée sur le mouvement. Six ans auparavant, il a demandé à ses élèves qui travaillaient ensemble une partition d'harmonica d'arpenter en tous sens la pièce tout en jouant. C'est alors qu'il s'aperçoit de la richesse que recèle l'étude en mouvement. Le fait de marcher en jouant oblige ses élèves à s'observer les uns les autres, à tenir leurs distances, à s'imprégner de la pulsation de la musique et, bien entendu, à mémoriser la mélodie à force d'exercice. Ils n'en resteront pas là. Bientôt, Edi Buser diversifie les exercices. Une ligne noire est tracée sur le sol, on achète du matériel de jonglage, on installe une longue poutre dans la classe. Cette poutre est toujours là aujourd'hui, sans cesse parcourue par des élèves qui répètent des mots, calculent, jonglent et s'interrogent mutuellement. En avant et à reculons.

sens dessus dessous

Leur professeur, en homme expérimenté, en est convaincu: «La lecture seule, assis sur un banc, c'est trop peu. Nous pouvons faire bien davantage.» La mémorisation, par exemple, trouve un allié extrêmement précieux dans le mouvement: d'une part, celui-ci active l'ensemble du corps et le rend réceptif; d'autre part, il motive les élèves et les incite à expérimenter des formes nouvelles d'apprentissage. Les élèves des classes supérieures passent jusqu'à 14 heures par jour en position assise. Cela nécessite l'aménagement de pauses actives. Edi Buser: «Nous devons démontrer aux élèves que bouger, c'est drôle, et les délivrer de ce que j'appelle le «triangle des Bermudes», à savoir le trio infernal ‹ordinateur-télé-frigo›.»

La motricité, facteur de prévention

Il est difficile de croire que l'exercice de «lecture à la poutre» puisse familiariser les enfants avec le contenu des textes. Pourtant, leur professeur, mais aussi de nombreux experts, sont formels: cette méthode didactique est une réussite. Du point de vue neurologique, il s'agit d'activer le plus grand nombre des 200 milliards de cellules nerveuses dont l'être humain est doté à sa naissance. Les scientifiques estiment à 80 milliards le nombre de cellules qui meurent avant l'âge de 10 ans si elles ne sont pas mobilisées. Le mouvement joue un rôle déterminant dans la prévention de cette évolution car «l'un des plus puissants stimulants des facteurs qui préservent et développent les cellules grises est la motricité, notamment sous forme de mouvements complexes», comme l'explique Bernhard Dickreiter dans un recueil de communications paru sous le titre «Bewegung und Sport im Lebensraum Schule». Les autres aspects positifs de la classe en mouvement sont une irrigation accrue du cerveau et une meilleure activation de diverses zones cérébrales.

Quoi qu'il en soit, les résultats scolaires des élèves de Biberist encouragent la multiplication des expériences de classe en mouvement. C'est ainsi que des tests comparatifs réalisés régulièrement parmi toutes les classes secondaires de cet établissement révèlent à quel point et à quel rythme les «acrobates des cellules grises» s'améliorent. Bien qu'une certaine prudence soit de mise à l'évocation de ces résultats, ils sont, pour Edi Buser, une motivation suffisante pour poursuivre sur cette voie et inculquer ces méthodes à de futurs enseignants.

Elargir l'horizon de la classe

Dans certains exercices, les élèves travaillent aussi sur leur acuité visuelle. Il s'agit notamment de casser la distance de lecture «normale», monotone et fatigante pour les yeux, et de varier les perspectives. Ainsi, tandis que l'élève tient sa perche en équilibre, ses yeux doivent s'accommoder sans cesse à une distance nouvelle, les couleurs étant disposées les unes plutôt vers le haut, les autres plutôt vers le bas de la perche. Autre exercice: un texte est affiché au mur, à quelques mètres de distance. Les élèves le lisent, tout en se déplaçant. Bon nombre de ces exercices visent également à «repousser les murs» de la salle de classe. Ils élargissent l'horizon, dans tous les sens du terme. Conscient de l'énorme importance du sens de la vue dans le processus d'apprentissage, Edi Buser coopère depuis quelque temps avec une opticienne optométriste. L'œil étant obligé de s'accommoder constamment durant la classe en mouvement, la musculature oculaire peut se détendre. Conséquences – positives – pour les élèves: moins de poussées d'adrénaline et donc moins de stress.

Tout bien considéré, l'observateur ne peut s'empêcher de penser que les aspects biologiques et liés à la physiologie du cerveau ne sont pas seuls en cause dans cette réussite. La motivation personnelle est tout aussi importante: quel enfant ne souhaiterait pas répéter des mots de français en jouant les funambules ou tenter, durant une pause mouvement librement choisie, de jongler avec trois ballons tout en faisant du calcul? **m**

Pour en savoir plus sur cette méthode, vous pouvez commander le DVD d'Edi Buser et de Duri Meier, sur lequel les élèves de Biberist font une démonstration de la classe en mouvement.
Contact: *ebuser@schulenbiberist.ch*
Ecole de Biberist: *www.schulenbiberist.ch*