

Les consignes et la présence

LA DEMARCHE PEDAGOGIQUE

Pour placer au mieux les élèves en situation de réussite, l'enseignement des cours collectifs nécessite le développement des qualités suivantes :

- Capacité à démontrer

Maîtrise des gestes, posture (ou de la chorégraphie).

- Capacité à expliquer

Communications avec le groupe : verbale ou gestuelle. Utiliser un vocabulaire approprié.

- Conduire la séance

Intervenir au bon moment et surtout être précis (Correction, encouragement, avertissement)

- Individualiser

Disponibilité envers un adhérent « en difficulté » sans gêner le déroulement de la séance.

- Adaptation

Evaluer la transmission des consignes afin de proposer « si besoin » un contenu approprié aux décalages rencontrés.

- Animation

« **La présence** » personnaliser son enseignement

I – DEMONSTRATION

(AVANT OU PENDANT L'EXECUTION D'UN GESTE)

Dans le secteur de la remise en forme, on constate un usage quasi constant de la démonstration comme moyen d'apprentissage. (pédagogie du modèle)

L'information visuelle est le repère perceptif le plus opérant pour installer rapidement un maximum d'élèves en situation et permettrait ainsi de respecter la notion de conduite de l'effort.

Pour autant, cela ne doit pas limiter l'enseignement des activités en cours collectif à un simple processus d'acquisition par mimétisme ou imitation.

La démonstration est un repère visuel permettant aux élèves :

- ⇒ De découvrir instantanément le mouvement
- ⇒ De l'enregistrer rapidement (mémoriser à court terme)
- ⇒ De reproduire directement les mouvements

La démonstration doit être facilement visible et compréhensible par tous les élèves, ce qui demande à l'éducateur :

- Positionner les élèves par rapport à la salle (voir et être vu)
- Une qualité personnelle de démonstration (placement, coordination, expression)
- L'utilisation des plans de démonstration (de face ou de profil selon l'exercice proposé)
- De porter une tenue vestimentaire permettant une bonne lecture des exercices.

II – Explication

(AVANT OU PENDANT L'EXECUTION D'UN GESTE)

L'explication accompagne la démonstration afin d'apporter les précisions et exigences des mouvements effectués (placement, respiration, sensation...)

C'est un repère de perception sonore qui doit être facilement audible et compréhensible par tous ce qui demande à l'éducateur :

De parler en articulant et en modulant l'intonation de la voix selon les temps forts ou faibles (du mouvement ou de la musique)

De choisir un langage clair, voir imagé.

L'éducateur peut lancer ses consignes en relation avec le rythme musicale (parler rythmé) et trouver un vocabulaire compréhensible par tous.

III – Conduire l'exercice (PENDANT L'EXECUTION D'UN GESTE)

Cette aptitude correspond à la qualité de mise en œuvre des exercices.

On distingue 3 phases :

- ⇒ La phase de lancement (debout, assis, 4 pattes...et action à réaliser) sur 4x8tps maximum.
- ⇒ La phase de conduite (tous les conseils et consignes à communiquer pendant l'effort)
- ⇒ La phase d'évaluation (lorsque les adhérents réalisent seuls l'exercice ou la chorégraphie)

3.1 La phase de lancement

Elle se situe entre les phases de prise d'information et d'exécution ; étant un moment charnière, elle permet à l'éducateur :

- De vérifier l'assimilation du mouvement par les élèves au moment de leur placement en position de départ.
- D'obtenir un départ synchronisé (cuing manuel 4 / 3 / 2 / 1)
- D'annoncer le dosage (nombre de séries / répétitions) les différentes techniques d'exécution (rythme d'exécution)

3.2 La phase de conduite

Conduire l'exercice c'est gérer le déroulement de l'action des élèves dans le temps et l'espace afin d'obtenir un mouvement d'ensemble synchronisé.

L'éducateur doit donner à ses élèves les repères nécessaires pour la bonne exécution des mouvements en complément de ceux représentés par la musique (repère sonore), de la démonstration (repère visuel), et du cuing manuel (repère visuel)

Les repères perceptifs complémentaires de type sonore devront rappeler aux élèves les consignes d'exécutions des exercices sur le plan technique, rythmique, et directionnel.

Ces repères sont :

- repère sonore verbal (parlé rythmé, comptage, respiration, placement, correction)
- repère sonore vocale (onomatopées)
- repère sonore gestuelle (claquement de doigts, frappés des mains)
- repère gestuel (reproduire avec le bras le sens du mouvement réalisé par les adhérents)

Cette variété de repères doit permettre à l'éducateur d'élaborer une commande rythmique attractive, informative, utile à l'autocorrection afin d'échapper aux habituels démonstrations, comptage ou décomptage gestuel.

L'usage des différents repères de perception à pour but de placer un plus grand nombre d'élèves en situation de réussite dans la conduite de leur mouvement.

3.3 La phase d'évaluation

C'est l'instant où l'éducateur observe les adhérents dans l'exécution de leurs gestes afin d'évaluer le niveau de compréhension des mouvements ou de la variation chorégraphique

IV – Individualiser

L'éducateur démontre cette aptitude à travers son attitude pédagogique, notamment par la disponibilité qu'il manifesterà à l'égard des élèves en situation d'échec non résolu (fautes techniques, baisse de rendement...), mais aussi pour les complimenter dans la réussite.

L'individualisation peut s'effectuer :

⇒ Soit à distance de l'élève

L'éducateur personnalise son message à l'intention de l'élève concerné, par une démonstration et/ou des consignes parlées rythmées adaptées à la situation.

⇒ Soit au contact de l'élève

Si la correction à distance demeure inopérante, l'éducateur peut recourir à une manœuvre d'assistance (s'installer près de l'adhérent) ou de manipulation.

REMARQUES COMPLEMENTAIRES :

➤ L'individualisation ne doit pas perturber les autres élèves dans le déroulement de leurs actions ou l'éducateur dans sa conduite du cours.

➤ Si l'individualisation est inopérante au cours de l'exercice, une reprise personnalisée est possible à son arrêt, dans une phase d'attente ou de récupération.

➤ L'éducateur doit savoir élargir une individualisation à l'ensemble des élèves en profitant d'une correction personnalisée pour rappeler au groupe les consignes d'exécution technique d'un exercice.

V – Capacité d'adaptation

L'éducateur utilise sa capacité d'adaptation dans des situations de décalages entre les contenus prévus et ceux réalisés.

Cette notion de décalage peut être due à :

- ❑ une modification de l'hétérogénéité du groupe dans les niveaux de pratique provoqué par les « migrations » habituelles des usagers du secteur de la remise en forme sur une année, pour cette raison, il est rare de trouver dans ce secteur, une structure présentant des cours de niveau dans les activités de LIA ou STEP, contrairement au secteur de la danse.
- ❑ Une prise de risque dans le choix de ses exercices ou variations.
- ❑ Une succession des exercices ou des variations conduisant à des transitions difficiles.
- ❑ Une gestion de l'effort surestimé ou sous-estimé.
- ❑ Un rythme d'exécution trop lent ou trop rapide.

Dans ce type de situations, l'éducateur doit modifier son contenu d'enseignement ou sa démarche d'apprentissage pour tenir compte des décalages rencontrés par ses élèves dans la séance, à cette fin, l'éducateur apportera :

- ❑ Une modification du mouvement pour une technique plus simple ou plus compliquée.
- ❑ Une modification du rendement de l'effort ou du déroulement horaire de la séance.
- ❑ Une modification du rythme d'exécution.

VI – QUALITE D'ANIMATION:

L'objectif de l'**animation** est de répondre aux attentes des pratiquants en termes de **divertissement**, de **bien-être**, et de **détente morale**.

La notion de **divertissement** se ressent par le désir des élèves à **mêler l'utile à « l'agréable »**. L'agréable étant de trouver à la pratique des caractères **ludiques, scéniques, voire spectaculaires**.

La notion de bien-être physique et mental se traduit par le goût de l'effort.

La notion de détente morale est exprimée par le besoin de rompre avec la routine de la vie quotidienne et ses conditionnements, d'évacuer le stress.

A ces différents titres, les qualités d'animation de l'éducateur seront les premières à être mises à l'épreuve par les élèves, elles conditionneront la dynamique relationnelle du groupe.

❖ PERSONNALISER L'ENSEIGNEMENT

Ces qualités s'évaluent par le niveau de rayonnement que l'éducateur peut exercer sur ces élèves ; à l'origine, si le rayonnement s'appuie sur la qualité de conception du cours (technique, variété, originalité, sécurité...), il est dû pour une grande part à l'investissement de l'éducateur dans son aptitude à communiquer l'attrait que ses élèves attendent de lui.

➤ Penser à sourire

Avoir une attitude personnelle marquée par le dynamisme, l'énergie, l'enthousiasme, le plaisir d'être et une présence physique et vocale affirmée.

➤ Créer un ambiance pour chaque cours

Avoir une attitude relationnelle basée sur la cohésion du groupe, l'esprit de convivialité et l'encouragement à la pratique.

➤ Être exigeant

Avoir une attitude pédagogique portée vers une directive suggérée.

En conclusion, satisfaire les besoins en animation exprimés par les clients, demandera à l'éducateur :

- De développer lors des cours une dimension basée sur le rayonnement, la disponibilité, et l'accessibilité.