

Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport
Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école
Band: 3 (2001)
Heft: 1

Artikel: La pratique réflexive au quotidien
Autor: Rytz, Martin / Genzoni, Olivier / Joss, Martin
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-995239>

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

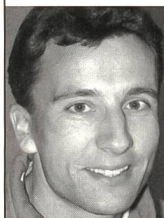
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media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

Download PDF: 25.02.2026

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

La pratique réflexive

Martin Rytz, enseignant à la Haute école spécialisée fédérale de sport de Macolin



1. Pour moi, la pratique réflexive est une réflexion sur le travail pratique, sur l'enseignement dans le but de l'améliorer. Elle induit un aller-retour permanent entre le savoir-faire et le savoir, créant ainsi les liens indispensables entre les pôles «moteur» et «cognitif» ou, plus simplement, entre la main qui agit et la tête qui pense. La

pratique réflexive me permet de prendre conscience de ce que j'ai fait / pas fait, de ce qui a bien / moins bien fonctionné, etc. Cette prise de conscience me paraît essentielle dans la mesure où elle me donne la possibilité d'analyser mon enseignement: je sais ce que j'ai fait et pourquoi je l'ai fait. Cette pratique «consciente» se distingue d'une pratique plus instinctive (voire reproductive: je fais cela parce qu'on l'a toujours fait ainsi) qui, sans être mauvaise a priori, est fort aléatoire. La pratique réflexive est étroitement liée à la capacité d'auto-évaluation, voire d'autocritique et de remise en question, à la volonté de toujours faire mieux. Elle représente pour moi une forme d'évaluation formative et continue de mon enseignement. Pour toutes ces raisons, la pratique réflexive, bien plus qu'une simple technique ou méthode, est une attitude, un état d'esprit.

2. J'utilise trois grands moyens ou plutôt ressources. Tout d'abord le feed-back des apprenants: il peut être formel (discussion, questionnaire, contrôle d'apprentissage, etc.) ou informel (attitude verbale, gestuelle, voire posturale des apprenants), collectif ou individuel. Ensuite moi-même: sur la base d'une première évaluation très grossière de la leçon (p. ex. à l'aide de questions telles que: «Les apprenants ont-ils eu du plaisir? Ont-ils fourni un effort? Ont-ils appris quelque chose?»), j'affine mon impression générale en focalisant mon attention sur certains points précis. Je relis ma préparation et repasse la leçon dans ma tête: je garde les points positifs, cherche des alternatives pour les points négatifs, ajoute les bonnes idées apparues spontanément (celles des apprenants et les miennes), imagine la suite de l'enseignement, etc. Enfin, je recours régulièrement aux compétences de mes collègues à qui je demande leur avis. Nous discutons, échangeons des idées, confrontons nos opinions, partageons nos expériences. En outre, je trouve très riche et stimulant de planifier, de dispenser et d'évaluer en commun une séquence d'enseignement (teamteaching). Dans ce cas de figure, en plus de tous les avantages cités ci-dessus, nous pouvons nous observer mutuellement et nous donner un feed-back sur des points précis.

3. J'attends d'elle une optimisation de mon enseignement. Cette «attitude» de pratique réflexive m'incite à innover, à imaginer des solutions plus pertinentes, des méthodes plus efficaces. L'envie de faire toujours mieux, de peaufiner les détails m'amène à rechercher le dialogue, à consulter de la littérature spécifique, à me perfectionner. Tous ces éléments contribuent en définitive à parfaire mes compétences personnelles, mais aussi mes compétences d'enseignement.



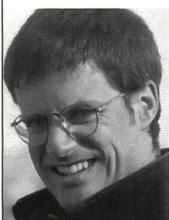
Photo: Daniel Käsermann

Questions - réponses

1. Que signifie pour vous «pratique réflexive»?
2. Quels moyens utilisez-vous pour mener une réflexion sur votre pratique?
3. Quels effets attendez-vous de cette pratique pour votre activité d'enseignant?

au quotidien

Olivier Genzoni, enseignant d'éducation physique au Centre de Formation Professionnelle de Bienne



1. A mon sens, la pratique réflexive consiste à juger la valeur et la pertinence entre les fondements théoriques et la réalité de la pratique de l'entraînement et de l'enseignement de l'éducation physique sportive. Je la conçois comme une réflexion permanente sur ce qui motive les personnes à

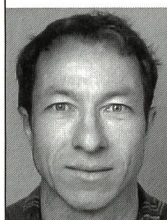
apprendre et à s'entraîner dans un milieu sportif.

2. Au Centre de Formation Professionnelle, notre pratique réflexive s'appuie d'une part sur l'utilisation du cahier sportif «...ready...steady...go...» du manuel 6 d'éducation physique (10e-13e année scolaire). Il contribue à une intégration progressive et saine des activités physiques à la vie quotidienne et favorise l'assimilation des thèmes et des contenus abordés pendant les leçons. Ce cahier nous aide à légitimer la place de l'éducation physique et sportive à l'école en s'appuyant sur les fondements théoriques exprimés par la pratique des sports. D'autre part, nous nous appuyons sur une évaluation de l'enseignement du sport en trois phases.

Dans un premier temps, nous effectuons un sondage auprès des apprentis quant à leurs motivations, leurs centres d'intérêts et leurs attentes des leçons d'éducation physique. Ce procédé nous permet de mettre en place un contrat entre l'enseignant et les apprenants. Dans un deuxième temps, nous procédons à une première évaluation informelle soit écrite ou orale à la fin du premier semestre. L'idée est de juger si les buts intermédiaires ont été atteints, nous permettant éventuellement de corriger le contrat établi en début d'année. Dans un troisième temps, nous effectuons un deuxième sondage formel écrit à la fin de l'année scolaire afin de voir si les lignes directrices posées en début d'année ont été respectées.

3. Ce processus d'évaluation à trois temps nous permet non seulement de connaître les intérêts de la classe, mais également d'adapter le contenu de notre plan d'enseignement interne aux tendances sportives actuelles et aux exigences des entreprises. Par exemple, pour les thèmes «vivre son corps, s'exprimer, danser», nous sommes sensibles aux mouvements à la mode comme la «capoeira» ou encore aux problèmes liés aux dos et à l'école du dos. Nous ne nous contentons pas uniquement de ce type d'évaluations, bien heureusement. Certains signes extérieurs, tels une attitude passive de la classe, ou encore un dialogue entamé lors d'une leçon, sont susceptibles de déclencher une réflexion sur la pratique du sport dans notre établissement.

Martin Joss, maître de sport à l'Institut du sport et des sciences du sport de l'université de Berne et à l'école normale de Berne



1. Pour moi, la pratique réflexive correspond d'abord au dialogue que j'ai avec mes collègues et mes élèves à propos de mon enseignement. Elle implique ensuite un travail personnel, celui que je fais en me plongeant dans l'étude d'ouvrages sur la didactique, les sciences du sport et la pratique

du sport. Ce travail me permet de réfléchir au bien-fondé de ma pratique personnelle et, au besoin, de l'adapter. Il me renvoie une image très riche et très complète de mon activité d'enseignement, image qui évolue sans cesse au fil de ma démarche réflexive.

2. Dans la phase de planification, je me concentre sur la lecture d'ouvrages spécialisés. J'en profite pour vérifier si je me situe bien là où je souhaite être, didactiquement parlant. Sous une forme qui s'apparente à la supervision, mes collègues et moi-même essayons d'intégrer dans un plan trimestriel les thèmes que nous entendons aborder dans notre enseignement, en les reliant à nos expériences et aux nouvelles découvertes théoriques. Je trouve ce discours dialectique des plus enrichissants. Dans la pratique elle-même, je poursuis le fil de ma réflexion en entretenant un dialogue centré sur l'action avec mes élèves. Pour parler du sport et de l'enseignement du sport, il faut que les méthodes et les objectifs soient transparents. En analysant de près des questions telles que «Qu'est-ce qui a bien marché?», «Qu'est-ce qui a posé problème?» ou «A quel sujet allons-nous passer et quelle méthode allons-nous appliquer?», nous clarifions l'image que nous avons de notre enseignement. Ces analyses collectives génèrent un sentiment de confiance et renforcent la compétence d'action des apprenants et des enseignants. Les rapports d'apprentissage semestriels, obligatoires à l'école normale où j'enseigne, constituent d'excellentes bases de réflexion. Ils donnent l'occasion aux élèves non seulement de s'exprimer sur les résultats de leur apprentissage personnel, mais de donner également leur avis sur la qualité et la pertinence de l'enseignement ainsi que sur l'ambiance qui le caractérise. Ma démarche réflexive se termine avec un feed-back, écrit ou oral, sur ces rapports. Cette dernière phase me renvoie très concrètement et directement au travail que j'ai effectué et me permet d'enrichir grandement mon bagage d'expériences.

3. La pratique réflexive me permet d'améliorer ma capacité d'action. Elle débouche aussi – du moins je l'espère – sur un enseignement de qualité. Je crois que cette réflexion génère une attitude positive qui pousse à approfondir ses expériences personnelles tout en les renouvelant. En guise de conclusion, je dirais que je suis persuadé que mon plaisir d'enseigner est fortement lié au fait que, là où j'enseigne, on cultive la réflexion et le feed-back.