

# Mein Rücken tut weh !

---

*103.402 – Démarches orientantes  
2016-2017*

# Table des matières

## Contenu

1. Introduction.....	2
A. Contexte classe .....	2
B. Objectifs et compétences liées au PER .....	3
C. Concepts théoriques.....	5
2. Planification .....	6
A. Planification de l'activité de Sciences.....	6
B. Planification de l'activité d'Allemand.....	7
C. Moyens et budget.....	7
D. Obstacles potentiels .....	7
3. Discussion et Conclusion .....	8
4. Annexes.....	10
Annexe 1 .....	10
Annexe 2 .....	11
Annexe 3.....	12

## 1. Introduction

Nous travaillons toutes les deux dans le même cycle (Cycle d'orientation de Savièse). Nous avons voulu saisir cette opportunité pour mener une collaboration à travers des activités qui se dérouleraient dans deux de nos classes de 9H: une classe d'Allemand (celle de Maud Solliard) et une de Sciences (celle de Sévrine Antille). Une des particularités de cette collaboration est que tous les élèves de la classe d'Allemand sont également dans les classes de Sciences de Sévrine Antille. Les élèves peuvent ainsi faire des liens entre ces deux branches.

L'interdisciplinarité n'est que le prétexte pour amener les élèves à développer leur capacité de mobilisation et d'intelligences multiples. En effet, nous voudrions que les élèves apprennent à réinvestir leurs connaissances dans des contextes multiples. C'est effectivement une compétence transversale que les élèves n'exercent pas souvent, dû à la compartimentation des branches dans l'école obligatoire. Il est pourtant important de l'entraîner, puisque réinvestir son savoir ou son savoir-faire dans un contexte nouveau est l'un des objectifs premiers de l'enseignement. Les élèves réinvestiront ce qu'ils ont appris à l'école dans leur nouveau métier.

Nous voulons également permettre un apprentissage dans la recherche d'informations via internet et laisser exprimer l'imagination des élèves. C'est une constatation: les élèves ont beaucoup de peine à utiliser correctement les outils informatiques qu'ils ont à disposition. Cet apprentissage est généralement "oublié" par les enseignants, car chacun pense que le cours d'informatique ou une autre branche sans chargera. Si on veut que les élèves puissent apprendre à utiliser ce type d'outils de manière efficace, il est important que cet apprentissage soit dispensé dans tous les cours.

Nous voulons également changer l'angle de vue de nos cours pour y infuser, l'air de rien, de la démarche orientante. Cela permet également aux élèves d'aborder des métiers d'une manière différente que celle dont ils ont l'habitude. Au lieu de présenter les compétences des branches nécessaires à un type d'orientation professionnelle, nous parlerons des risques de blessures que l'on rencontre dans certaine discipline.

### A. Contexte classe

---

#### Classe de Sciences

Cette classe de 9H est composée de 22 élèves (10 garçons et 12 filles). C'est une classe hétérogène, très curieuse et dynamique. Les élèves ont l'habitude de travailler en groupe et d'entamer des démarches réflexives.

Le programme de Sciences en 9H porte surtout sur la biologie du corps humain. Nous abordons différents systèmes du corps humain, comme le système locomoteur. Au sein de ce thème, les élèves sont amenés à découvrir différents types de blessures possibles. Ils sont également sensibiliser à une meilleure hygiène de vie, notamment dans les comportements à risque pour leur dos.

## Classe d'Allemand

Cette classe de 9H se compose de 11 élèves (6 garçons et 5 filles). Il s'agit d'une demi-classe dont tous les élèves se retrouvent dans la classe de Sciences. Il y a une très bonne dynamique de groupe. L'expression orale fonctionne bien avec tous les élèves mais le niveau reste cependant très hétérogène.

Le thème actuel en Allemand est celui des métiers (Beruf). Nous abordons donc en classe, selon les livres scolaires imposés, le vocabulaire des métiers en nous focalisons notamment sur les noms de métiers qui sont pratiqués dans l'entourage des élèves et qui sont fréquents. Nous n'avons pas le temps de rentrer dans les détails et de parler de beaucoup d'autres métiers.

## **B. Objectifs et compétences liées au PER**

---

A travers nos activités, nous voulons valoriser en priorité les objectifs et capacités transversales suivants :

### Objectifs généraux liés directement à l'orientation de l'élève

FG 33 – Construire un ou des projets personnels à visée scolaire et/ou professionnelle...

- ... en s'informant de manière active sur des secteurs scolaires et professionnels variés
- ... en identifiant une large palette de métiers
- ... en décrivant le quotidien d'un métier sélectionné
- ... en acquérant des techniques de recherche d'emploi et de postulation
- ... en distinguant des stéréotypes par rapport aux professions et leurs implications dans la vie quotidienne, ainsi que par rapport aux genres

### Les capacités transversales

#### **1. Collaboration** : - accueillir l'autre avec ses caractéristiques

- échanger des points de vue
- manifester de plus en plus d'indépendance
- réagir aux faits, aux situations ou aux événements
- articuler et communiquer son point de vue
- participer à l'élaboration d'une décision commune et à son choix

#### **2. Communication** : - choisir et adapter un ou des langages pertinents en tenant compte de l'intention, du contexte et des destinataires

- sélectionner des ressources pertinentes

- dégager des liens entre ses acquis et ses découvertes
- réinvestir dans de nouveaux contextes
- adopter une attitude réceptive

### **3. Stratégies d'apprentissage :**

- se donner un objectif et les moyens de l'atteindre
- reconnaître les ressemblances avec des situations proches
- développer, utiliser et exploiter des procédures appropriées
- gérer son matériel, son temps et organiser son travail
- développer son autonomie

### **4. Pensée créatrice :** - varier ses sources d'inspiration

- expérimenter des associations inhabituelles
- se libérer des préjugés et des stéréotypes
- faire une place au rêve et à l'imaginaire
- tirer parti de ses inspirations, de ses idées
- se représenter et projeter diverses modalités de réalisation

### **5. Démarche réflexive :** - cerner la question, l'objet de la réflexion

- identifier les faits et en vérifier l'exactitude
- mettre les faits en perspective en s'appuyant sur des repères

## Objectifs spécifiques

### - Au niveau de l'enseignement des Sciences

MSN 37 – Analyser les mécanismes des fonctions du corps humain et en tirer des conséquences pour sa santé

- acquisition d'une représentation du système locomoteur
- étude de squelette
- analyser des structures nécessaires aux mouvements (muscles, articulations, tendons, ligaments)
- sensibilisation à l'importance d'avoir une hygiène de vie équilibrée (activité physique, alimentation équilibrée, ...)
- expliquer les mouvements antagonistes en se limitant à flexion-extension
- identifier des comportements à risque (déformation du dos et blessures)

## - Au niveau de l'enseignement de l'Allemand

L2 32 – Écrire des textes variés sur des sujets familiers ou d'intérêt personnel...

- Production de textes courts, descriptifs ou narratifs, au présent ou au passé, concernant la vie quotidienne, en ayant recours à des phrases simples (lettre personnelle, invitation, mot d'excuses, court récit, lettre de remerciements, recette de cuisine, description d'événement, d'objets, d'animaux, de lieux,...)
- Choix et utilisation appropriée d'un vocabulaire limité pour s'exprimer dans des situations de la vie quotidienne

L2 34 — Produire des textes oraux variés propres à des situations de la vie courante...

- Production de textes oraux courts, descriptifs ou narratifs, au présent ou au passé, concernant la vie quotidienne, en ayant recours à des phrases simples (*courts récits, description d'objets, d'animaux, de lieux, d'activités quotidiennes,...*)

## **C. Concepts théoriques**

---

### **Infusion**

Le principe d'infusion est l'intégration à l'école, et dans le contenu des cours, des références au monde du travail. L'infusion permet de créer un lien entre le monde scolaire et le monde professionnel. Les élèves sont ainsi baignés dans des stimulations sur l'orientation, sans qu'ils s'en rendent compte. Cela permet également de fixer des activités dans du concret, de donner un sens qui motivera d'avantages certains élèves.

Dans ce travail, nous proposons deux types d'activités différentes. En Sciences, les élèves seront amenés à réfléchir sur le type de blessures et les risques de comportement liés à des métiers. En Allemand, les élèves apprendront des noms de métiers dans cette langue et réaliseront des petits sketches sur un métier choisi. Ce n'est pas la connaissance des métiers qui nous importe, mais le fait d'amener les élèves à réfléchir et à se motiver à travers ce sujet.

### **Mobilisation et intelligences multiples**

Le principe de mobilisation consiste à donner goût aux élèves de s'investir dans quelque chose. Il est essentiel que l'élève soit actif, qu'il puisse exprimer ses choix et résoudre des problèmes. L'enseignant doit servir de guide dans ce travail et exercer un renforcement positif qui augmentera la motivation des élèves et leur estime de soi. Le sentiment d'efficacité personnelle des élèves, comme explicité par Robert Lent, peut se développer à travers la mise en évidence de leurs intelligences multiples.

L'école a tendance à ne travailler que sur un certain type d'intelligence, notamment la logique mathématique et l'apprentissage linguistique. Selon Howard Gardner, "c'est ainsi que de nombreux étudiants qui n'arrivent pas à

démontrer les intelligences académiques traditionnelles développent une faible estime d'eux-mêmes et leurs richesses peuvent ainsi demeurer inexploitées et perdues pour eux-mêmes et pour la société" (cours 2 du module 103.402 – démarche orientante, Gardner et les intelligences multiples). Dans ce travail, nous voulons donc que les élèves découvrent et travaillent d'autres types d'intelligences, comme la collaboration au sein d'un groupe, la mobilisation de leur imagination, leur génie théâtrale ou encore l'utilisation des outils informatiques. Ce sont des indices parmi d'autres qui peuvent les aider à mieux se connaître eux-mêmes et à montrer qu'ils sont capables de réaliser les choses. Si les élèves prennent conscience de leurs propres forces, ils pourront les utiliser comme des indices d'orientations.

### **Activation du développement vocationnel et personnel (ADVP)**

Nos activités s'intègrent dans le premier niveau d'activation du développement vocationnel et personnel (ADVP) cité par Donald Super avec une tâche d'exploration où le but est de découvrir de nouvelles choses par la pensée créative. Les élèves ajoutent de l'information à leur répertoire et transforment leur façon de voir les choses.

## **2. Planification**

### **A. Planification de l'activité de Sciences**

Au sein de la séquence sur le système locomoteur, une séance sur l'hygiène de vie et les blessures possibles est prévue. Les élèves apprennent ce qu'est une entorse, une fracture et une luxation. Une activité est aussi proposée par l'animation pédagogique sur l'identification des comportements à risque pour le dos (voir *Annexe 1*).

Nous proposons que cette activité soit suivie d'une discussion sur les postures et comportements qui peuvent engendrer des blessures envers son corps. Les élèves formeraient des groupes de 3. Chaque groupe se verra attribuer un type de blessures. Ils devront rechercher les métiers dans lequel ces blessures sont le plus courant et quel comportement adopter pour les éviter. Pour réaliser leur tâche, les élèves auront accès à des ordinateurs afin de rechercher des informations. Chaque groupe devra réaliser un "poster" afin de présenter les résultats de leur recherche au reste de la classe (voir *Annexe 2* pour un exemple). Chaque métier devra être représenté par une image.

Pour être véritablement efficace, cette activité doit être accompagnée d'une discussion sur "comment chercher des informations sur internet". Lorsque l'activité est terminée et que les élèves ont tous présentés leur "poster", une seconde discussion sur les difficultés rencontrées devrait être intéressante à faire. Nous pensons que cette activité peut être réalisée en deux voire trois séances.

Afin de coordonner le cours de Sciences avec celui d'Allemand, les posters réalisés seront transmis à l'enseignante d'Allemand.

## **B. Planification de l'activité d'Allemand**

---

Nous sommes dans le chapitre 14 des manuels scolaires obligatoires Geni@ avec le thème "Beruf". Nous abordons dans ce chapitre les métiers en allemand de manière peu détaillée. Seul quelques métiers connus et fréquents sont travaillés en classe.

Pour l'activité proposée, les "posters" de Sciences m'ont été transmis. En début de séquence, je les affiche au tableau et nous les commentons rapidement en allemand.

Puis chaque élève décrit en allemand dans son cahier un métier qui figure sur un "poster". Puis devant la classe, il lit sa description et ses camarades doivent retrouver de quel métier il s'agit. L'activité s'arrête quand tous les élèves ont décrit leur métier.

La dernière activité est une activité de production orale par paire. Par deux, les élèves tirent au sort un « poster » et doivent ensuite jouer une petite scène en lien avec ce métier qui dure environ une minute. Chaque élève passe oralement devant la classe.

Cette activité peut se dérouler en une ou deux séances selon les critères que l'on veut exiger pour la production orale et écrite.

## **C. Moyens et budget**

---

Tous les moyens utilisés dans nos activités sont disponibles dans notre établissement. Nous réinvestissons les moyens d'enseignement de base pour le cours de Sciences (moyen mis à disposition par l'animation pédagogique) et d'Allemand (utilisation des livres Geni@). Les ordinateurs sont accessibles en salle d'informatique, où les élèves peuvent directement imprimer des images. Les feuilles pour la réalisation des posters sont également mises à disposition par l'école. Aucun budget n'est donc nécessaire pour ce travail.

## **D. Obstacles potentiels**

---

Dans le cadre de ce travail, plusieurs obstacles potentiels peuvent apparaître. Un manque de collaboration entre les deux enseignants est possible. L'objectif de réinvestissement transversal des connaissances dans une autre branche ne serait donc pas travailler.

Les activités du cours d'Allemand sont dépendantes du cours de Sciences. Si un obstacle important apparaît lors de la réalisation des posters, le cours d'Allemand en subirait aussi des conséquences. Par exemple, si les groupes d'élèves n'intègrent pas d'images de métiers dans leur poster, l'enseignante d'Allemand n'aura pas de matières pour son activité.

Il est possible que beaucoup d'élèves choisissent de parler du même métier. Il faudra donc être attentif à faire varier le plus possible les choix des élèves. Il est vrai que l'on pense directement à des métiers manuels lorsqu'on parle de blessures physiques, mais le simple fait d'être assis toute la journée sur la

même chaise peut également engendrer des problèmes. Ce sera donc à l'enseignante de faire remarquer cela aux élèves, si nécessaire.

Les élèves pourraient rencontrer de grandes difficultés avec l'utilisation des ordinateurs, même s'ils suivent des cours d'informatique en 9H. Cet obstacle peut être remédié en ajoutant une séance supplémentaire sur l'outil informatique ou en précisant sur quel(s) site(s) les élèves peuvent chercher leurs informations (par exemple, sur le site de la commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail : <http://www.csst.qc.ca/prevention/risques/Pages/selectionsecteur.aspx> ).

Une mauvaise dynamique de groupes, pendant les activités du cours de Sciences autant que celles d'Allemand, peut également contribuer à un obstacle. Si une mauvaise collaboration s'installe au sein des élèves, l'activité peut en être altérée.

### 3. Discussion et Conclusion

La proposition des activités présentées peut à première vue être contraignante car il faut une collaboration entre un enseignant de Sciences et un enseignant d'Allemand qui partageraient les mêmes classes. Or il est tout à fait envisageable de séparer les activités car elles ne sont pas fondamentalement liées. L'enseignant d'Allemand peut afficher des images de métier au tableau à la place des posters faits par les élèves. L'impact serait certainement une moins grande motivation que de travailler à partir de projet fait par les élèves eux-mêmes. Les séquences proposées dans notre travail ne sont pas non plus cantonnées à ces deux branches mais peuvent également s'élargir à d'autres disciplines comme l'éducation physique en ce qui concerne les blessures physiques et les langues pour l'expression orale et écrite.

Un point positif de la séquence présentée est qu'elle ne nécessite pas de grands aménagements et que les thèmes abordés sont inclus dans le programme de 9CO, donc nous ne prenons pas de retard dans le programme général. Cette activité permet également l'évocation de certains métiers qui sont parfois oubliés ou inconnus. Ce principe d'infusion est un bon compromis entre les branches souvent perçues comme trop scolaires et le monde futur du travail. De plus, lors des différentes activités proposées en cours d'allemand et de Sciences, les élèves doivent se prendre en charge, rechercher par eux-mêmes des informations et profiter d'activité de groupe pour travailler leur créativité et l'entraide. Une certaine autonomisation est ainsi mise en avant lors de ces séquences.

En revanche, il faudra faire attention à ne pas mettre trop en avant les relations faites entre les blessures et les types de métiers. Bien sûr qu'il est important d'en parler et expliquer que cela peut arriver mais il ne faut pas effrayer ou dégouter les élèves de certains métiers.

Pour clore ce travail, le cours de démarche orientante nous a fait prendre conscience que nous pouvons également avoir un rôle dans l'avenir

professionnel de nos élèves même s'ils ne s'intéressent pas spécialement à notre branche. Inconsciemment, nous utilisons dans nos différents cours le principe d'infusion en parlant de différents métiers. De plus, nous travaillons avec eux différentes compétences qui pourront être réinvesties plus tard dans le monde du travail. L'expression orale et écrite qu'elle soit en français ou en allemand est utile dans la vie quotidienne et un travail régulier à ce sujet en classe permet à l'élève de développer ses compétences dans ce domaine et à être plus à l'aise. Nous apprenons aussi aux élèves l'acquisition de bonnes attitudes et habitudes de travail.

## 4. Annexes

### Annexe 1

16 SYSTÈME LOCOMOTEUR

FICHE DE  
TRAVAIL

ACTIVITÉ 6

### Hygiène et blessures

#### 1. Hygiène

- a) Parmi les comportements ci-dessous :
- Indique par une flèche quand le dos est préservé.
  - Mets une croix quand le comportement peut provoquer des risques pour le dos.
  - Explique tes choix.



S16-21 CORPS HUMAIN

p. \_\_\_\_\_

## Annexe 2



infirmière

! Les mouvements répétitifs:  
- s'accroupir  
- charge lourde



prof de golf

! Ne pas mettre le pied dans un trou!

# Entorse



jongleur

! La fatigue des articulations  
↳ trouble du sommeil  
↳ échauffement



jardiniers

! Un travail prolongé dans la même position

## **Annexe 3**

---

Consigne pour l'oral