

Le mouvement devant l'écran

Une séquence du projet *Les écrans, le cerveau... et l'enfant*

Résumé

Cette séquence a pour but de faire prendre conscience aux élèves de la diversité de nos mouvements. Ils réalisent que nous ne sommes pas immobiles devant un ordinateur, mais que nous ne faisons que des petits gestes.

Séance 19 – Bouger

Durée 	1h
Matériel 	Pour toute la classe : • Accès à un ordinateur ou à une salle informatique
Objectifs 	• Prendre conscience de la diversité de nos mouvements • Réaliser que nous ne sommes pas immobiles devant un ordinateur mais que nous ne faisons que des petits gestes
Compétences travaillées	• Pratiquer une démarche d'investigation : savoir observer, questionner • Manipuler et expérimenter, formuler une hypothèse et la tester, argumenter
Lexique	Action, geste, mouvement

L'enseignant invite la classe à remobiliser les idées exprimées lors de la séance initiale concernant l'une des fonctions du cerveau : faire accomplir des actions, des gestes et des mouvements.

Question initiale

L'enseignant invite la classe à s'interroger : « *quels mouvements faisons-nous avec notre corps, au cours d'une journée ?* »

La classe débat en réfléchissant pourquoi pas à la journée de la veille, proposant par exemple que « *nous marchons pour aller à l'école ou pour nous déplacer d'une pièce à l'autre* », « *nous courons dans la cour de récréation* », « *nous sautons à l'élastique* ». Certains élèves pourront évoquer que nous faisons également beaucoup de « *petits gestes* », en évoquant par exemple que : « *nous balançons nos pieds sous notre chaise* », « *nous bougeons notre main pour écrire avec notre stylo* », « *nous tournons la tête à droite et à gauche pour voir nos camarades* », etc.

Le maître écrit les propositions de la classe au tableau.

Il demande alors : « *comment pourrions-nous classer ces mouvements ? certains d'entre eux ont-ils des points communs ?* »

En classe entière ou en petits groupes, les élèves réfléchissent puis font leurs propositions, suggérant par exemple que « *certaines mouvements sont lents, d'autres rapides* », « *certaines se font avec une partie du corps : les mains, la tête, les pieds... et d'autres font bouger le corps tout entier* », « *certaines sont fatigantes, d'autres pas* », « *font transpirer ou pas* », « *certaines se font sans que nous y pensions, pour d'autres il faut faire des efforts* », etc. Les enfants constatent qu'ils font des mouvements très divers au cours d'une journée.

Les catégories proposées par les élèves sont conservées au tableau pour la suite de la séance.

Le maître demande alors : « *et lorsque nous sommes devant un écran : notre corps bouge-t-il ? de quelle façon ?* ». Les élèves débattent et le maître écrit leurs idées au tableau. Certains pourront affirmer que « *non, nous ne bougeons pas* », d'autres objecter que « *si, parfois nous changeons de position quand nous regardons la télévision* », « *nous nous levons pour protester contre l'arbitre d'un match* », « *nous nous recroquevillons quand il y a du suspense* ». Certains diront peut-être que « *nous bougeons nos doigts pour*

utiliser un clavier et une souris sur un ordinateur ou les commandes d'une manette de jeu vidéo». D'autres pourront évoquer les « jeux vidéo kinétiques » (à reconnaissance de mouvements), etc.

La question « comment bougeons-nous face aux écrans ? » est inscrite au tableau ainsi que sur le cahier d'expériences de chacun.

Activité : « comment bougeons-nous face à un ordinateur ? »

Pour essayer d'un savoir plus, le maître demande à la classe : « comment pourrait-on faire pour étudier comment bouge quelqu'un, par exemple au cours de l'utilisation d'un ordinateur ? » Collectivement, les élèves réfléchissent à un protocole d'observation, proposant par exemple : « il faudrait observer quelqu'un qui est vraiment sur un ordinateur », « noter tout ce qu'il fait avec son corps », « l'observer attentivement pour dresser une liste », etc. Le cas échéant, ils pourront proposer : « on pourrait se filmer quand nous utilisons les ordinateurs, puis regarder les vidéos et noter tout ce que nous faisons ».

Sur l'ordinateur de la classe ou en salle informatique, le maître propose aux élèves de mettre en œuvre ces observations. Si la classe ne dispose que d'un seul poste informatique, un élève est choisi pour l'employer (en utilisant un traitement de texte, en consultant une page Internet, en jouant une partie de « solitaire », etc.) et le reste des élèves observe et note ses mouvements. Si plusieurs postes sont disponibles, l'enseignant peut demander aux élèves de travailler en binôme, avec un élève à l'ordinateur et l'autre prenant en note ses mouvements. Si la classe dispose d'une caméra ou d'un appareil photo muni de la fonction « vidéo », l'éventualité d'un enregistrement peut être envisagée.

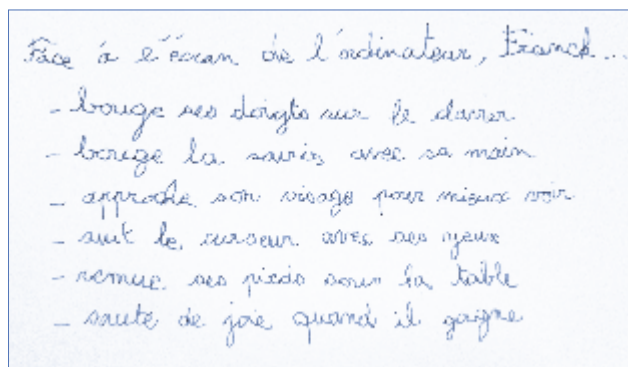


Mise en commun

Au terme des observations, la classe met en commun ses observations qui sont listées au tableau ou sur une affiche. Par exemple : « quand nous sommes face à un écran d'ordinateur, nous bougeons la tête pour regarder partout sur l'écran, les doigts pour taper sur le clavier, la main pour utiliser la souris, nous rapprochons notre nez de l'écran, croisons et décroisons les pieds sous la table », etc.

Cet exercice d'observation pourra révéler aux élèves des gestes qu'ils n'auraient pas soupçonné faire, face à un écran.

De plus, ce sera l'occasion de remarquer que ces gestes sont indispensables pour que l'ordinateur fonctionne et produise le résultat qu'on attend.



Le maître demande alors à la classe de situer chacun de ces mouvements dans les catégories définies au début de la séance et laissées au tableau. *« À quelles catégories correspondent-ils ? Est-ce que ce sont des mouvements qui impliquent tout le corps ? une partie seulement ? des mouvements qui fatiguent, ou non ? »* La classe débat, et il apparaît que – même si nous ne sommes pas immobiles face à un ordinateur – ces mouvements sont en général petits et se font principalement avec les doigts et les mains. Ils sont beaucoup moins intenses que les mouvements en éducation physique et sportive (EPS). Éventuellement, au cours du débat, la classe pourra considérer ce qui se passerait si on ne faisait plus *« que des petits mouvements, toujours assis à la même place »*.

Conclusion, trace écrite

La classe élabore une conclusion collective qui est inscrite au tableau et dans le cahier d'expériences. Par exemple :

« Nous ne sommes pas immobiles devant les écrans : nous faisons des petits mouvements. Ces gestes sont indispensables pour utiliser la machine (on lui donne des ordres en bougeant la souris ou en tapant sur le clavier). »

Contribution à la « Charte pour bien utiliser les écrans »

Au terme de cette séance, la classe écrit collectivement une recommandation à ajouter à la « Charte pour bien utiliser les écrans » et l'inscrit sur l'affiche installée sur le mur de la classe lors de la séance initiale.

Par exemple :

« Nous devons faire des exercices physiques et du sport au cours d'une journée : dépensons-nous et détendons-nous après être restés devant un écran. »

Cette ressource est issue du projet thématique *Les écrans, le cerveau... et l'enfant*, paru aux Éditions Le Pommier.



Retrouvez l'intégralité de ce projet sur : <https://www.fondation-lamap.org/projets-thematiques>.

Fondation *La main à la pâte*

43 rue de Rennes
75006 Paris
01 85 08 71 79
contact@fondation-lamap.org

Site : www.fondation-lamap.org

 FONDATION
La main à la pâte
POUR L'ÉDUCATION À LA SCIENCE