

# L'Éducation Physique en Mouvement

Revue professionnelle en ligne

Numéro 12 | Décembre 2024



**VERS UNE ÉDUCATION PHYSIQUE EN  
DEHORS DES MURS**



**Mots clés** : Journées cantonales | Formation | Éducation physique | Plein air



**Magali Descoedres**

Professeure associée, Haute École Pédagogique du Canton de Vaud, UER EPS, Lausanne, Suisse

[magali.descoedres@hepl.ch](mailto:magali.descoedres@hepl.ch)



**Sandra Jourdan**

Chargée d'enseignement, Haute École Pédagogique du Canton de Vaud, UER EPS, Lausanne, Suisse

## UNE FORMULE GAGNANTE DE FORMATION CONTINUE POUR LES ENSEIGNANTS D'ÉDUCATION PHYSIQUE

**Résumé** : Les Journées Cantonales de Formation Continue (JCFC) en éducation physique ont été créées en 2004 par Alain Mermoud et Thierry Mérian, pour dynamiser la formation continue des enseignants en éducation physique du canton de Vaud. Dès la première édition, le format sur une journée complète a trouvé un succès inattendu auprès des 150 enseignants inscrits. L'événement, centré sur des ateliers pratiques, réflexifs et flexibles, a évolué au fil des années, passant à deux jours en 2008 pour répondre à un intérêt croissant. L'édition 2024 a permis d'accueillir plus de 300 participants. Les retours des participants soulignent l'importance des échanges professionnels dans les ateliers pratiques autour d'une problématique professionnelle, mais également la convivialité de ces journées entre spécialistes de l'éducation physique. Les JCFC sont aujourd'hui un événement incontournable dans le paysage éducatif vaudois de l'éducation physique.

### Origines et évolution

Les Journées Cantonales de Formation Continue (JCFC) en éducation physique ont vu le jour en 2004, dans le cadre de l'Année européenne de l'éducation par le sport. L'idée initiale, portée par Alain Mermoud<sup>[1]</sup> et Thierry Mérian<sup>[2]</sup>, était de proposer un événement qui dynamiserait la formation continue des enseignants d'éducation physique, sur une journée complète, centrée sur la pratique sportive en lien avec une thématique saillante. En partant avec l'espoir de réunir au minimum 80 participants, les instigateurs ont été agréablement surpris par la participation de 150 enseignants d'éducation physique dès la première édition. Cette réussite a confirmé l'intuition des deux précurseurs enseignants d'éducation physique et formateurs de la Haute École Pédagogique du canton de Vaud (HEP Vaud) : une approche pratique, réflexive et plus flexible, centrée sur des ateliers courts, pouvait encourager la participation des enseignants d'éducation physique, souvent réticents à s'engager dans des formations professionnelles continues contraignantes et éloignées de leurs préoccupations quotidiennes. L'enjeu était de susciter l'intérêt à travers des ateliers pratiques et réflexifs donnant ainsi aux enseignants un avant-goût de

ce que des formations plus approfondies pourraient leur apporter. Cette stratégie s'est révélée fructueuse puisque certains ateliers ont même ensuite été développés et proposés en cycles de formation continue plus complets. Le format des journées s'est rapidement structuré autour d'une thématique centrale, avec une conférence donnée par une personnalité de renom (Tableau 1), suivie d'ateliers pratiques directement en lien avec le thème.

### Adaptation constante du format pour concilier succès et forte demande des enseignants

Les premières éditions des JCFC se sont concentrées sur une seule journée, en novembre ou décembre, à la HEP Vaud. Dès 2008, le succès croissant de l'événement a conduit à l'organisation des journées sur deux jours, avec un déménagement sur le campus de l'Université de Lausanne. Ce nouveau format, plus riche en ateliers, permettait aux enseignants de participer à une conférence en matinée, suivie de trois demi-journées consacrées aux ateliers pratiques. En 2019, il y a eu deux éditions des JCFC : une édition inédite, consacrée aux camps de ski et aux sports d'hiver, ainsi qu'à leurs objectifs interdisciplinaires, en plus de l'édition traditionnelle de

<sup>[1]</sup> Alain Mermoud est enseignant d'éducation physique et a été professeur formateur à la HEP Vaud. Il a également été responsable de l'Unité d'enseignement et de recherche en didactiques de l'éducation physique et sportive depuis la création de la HEP jusqu'en 2014.

<sup>[2]</sup> Thierry Mérian (1965 - 2006) est enseignant d'éducation physique et a été professeur formateur à la HEP Vaud. Il était spécialisé dans les effets du feedback vidéo sur l'engagement et l'apprentissage des élèves.

l'automne. En 2020, la pandémie de la COVID-19 a temporairement interrompu l'événement, mais les JCFC ont repris en 2021 dans un format adapté pour respecter les restrictions sanitaires, avec deux journées distinctes pour limiter les regroupements de participants. Cette flexibilité a permis de maintenir l'élan et de garantir un espace d'apprentissage et de partage malgré les contraintes.

## L'édition 2024 : vers une éducation physique hors des murs

En 2024, les JCFC ont exploré une thématique d'actualité : « Vers une éducation physique et sportive en dehors des murs ». Cette édition visait à promouvoir l'EPS en plein air, en insistant sur les bienfaits du grand air pour la santé sociale, physique et mentale des élèves. Des activités novatrices, intégrant l'éducation à la durabilité et le respect de l'environnement, ont été présentées, mettant en lumière la complémentarité entre les pratiques en salle et celles en extérieur. L'événement a également abordé les défis logistiques et sécuritaires liés à cette transition, tout en explorant les liens avec les politiques éducatives actuelles, telles que l'apprentissage en plein air (Outdoor Learning), et le développement de compétences transversales. La conférence initiale a été donnée par Ismaël Zosso, spécialiste du plein air, suivie d'une table ronde autour des acteurs de l'éducation physique vaudoise. Les neuf ateliers de ces journées cantonales de formation continue ont abordé la pratique de l'enseignement en plein air, en mettant l'accent sur la sécurité, la faisabilité et l'intégration durable dans le quotidien. Ils ont visé à développer des méthodes qui répondent aux besoins du milieu éducatif et social actuel, tout en favorisant une réflexion sur les pratiques pédagogiques, notamment celles interdisciplinaires, des enseignants.

### Résumé des ateliers (animateur entre parenthèse)

- *Parkour* (Tacchini) : découverte du Parkour, activité extérieure, en salle avec des franchissements basiques, adaptés aux jeux connus et aux évaluations d'après de 11e année.
- *Cross Training* (Mulhauser) : basé sur le Crossfit, alliant endurance, force et agilité. Adapté à tous les niveaux, il permet de renforcer la confiance en soi et l'esprit de groupe. Pratiquer le cross training en plein air permet de profiter de l'environnement naturel, ce qui peut être apaisant pour l'esprit tout en permettant sa pratique même en l'absence de salle de sport. La variété du terrain sollicite davantage les muscles stabilisateurs et améliore l'équilibre.

- *Genius Loci* (Cruchon) : exploration interdisciplinaire mêlant EPS, histoire et géographie à travers le géocaching pour éveiller la curiosité des élèves et valoriser le patrimoine local. En tant qu'activité en plein air, Genius Loci permet d'inviter les élèves à explorer des lieux emblématiques ou méconnus de leur environnement.
- *Roundnet* (Doan) : jeu de balle innovant, nécessitant peu de matériel et favorisant l'agilité et l'esprit d'équipe. Il s'installe rapidement, ce qui le rend idéal pour des sessions en plein air en l'absence de salle de sport.
- *Bike Control* (Saugy) : atelier pratique pour enseigner la maîtrise du vélo dans un cadre sécurisé, avec des conseils pour améliorer la coordination et l'équilibre. Les compétences développées s'intègrent parfaitement dans un environnement extérieur où l'apprenant est stimulé par des éléments naturels (vent, sol varié, lumière naturelle).
- *Calme & Relax* (Deschamps) : combinaison de mouvements et de respiration pour initier les élèves à des moments de relaxation, favorisant le bien-être. Un cadre et des éléments naturels (sons, vues, odeurs) favorisent une relaxation profonde, aidant les élèves à s'ancrer dans le moment présent.
- *Prafos* (Descoedres) : atelier théorique visant à réduire l'écart entre théorie et pratique en éducation physique, notamment sur les leçons en plein air.
- *Disc Golf* (Schelder) : activité en extérieur combinant précision et immersion dans la nature, avec un aspect social et ludique.
- *Vélo Lab - Défi Vélo* (Perrenoud) : encouragement à la mobilité douce à travers des activités interactives pour sensibiliser les élèves à l'importance du vélo dans l'environnement et la circulation.

Ces ateliers ont eu pour but d'enrichir l'expérience pédagogique en extérieur et de renforcer les compétences des enseignants pour proposer des activités diversifiées et adaptées aux élèves, notamment en plein air.

### Un succès croissant

En termes de participation, les JCFC ont attiré un nombre croissant d'enseignants au fil des années. Alors qu'au départ, environ 150 enseignants participaient à l'événement, ce chiffre s'est stabilisé autour de 250 durant plus de 15 ans. En 2024, le retour à un format sur une journée a permis de rassembler environ 300 participants, confirmant l'attractivité et la pertinence de cet événement pour les enseignants d'éducation physique du canton de Vaud.

# I TÉMOIGNAGE

	Dates	Thème	Conférencier
1	3.11.2004	Sécurité et santé	Olivier Reinberg : L'enfant et le sport
2	2.11.2005	Sport et intégration	Myriam Bouverat : Le sport facteur de désintégration ou d'intégration ?
3	1.11.2006	Plaisir et effort en EPS	Fabien Ohl : Le plaisir dans l'EPS d'aujourd'hui objectif ou moyen ? Pierre Lavanchy : Où est le plaisir dans l'entraînement au quotidien ?
4	12.12.2007	L'école bouge	Nathalie Farpour-Lambert : Activités physiques et santé des enfants et adolescents
5	9 & 10.09.2008	Sports collectifs : influence de l'évolution du jeu sur l'enseignement dans les écoles	Yves Debonnaire : La préparation d'un championnat d'Europe
6	1 & 2.09.2009	La prise de risque dans le cadre de l'EPS	Loris Falquet : Les sports extrêmes : comment mesurer les risques ? Comment ne pas être imité ?
7	31.08 & 1.09.2010	Évaluer des compétences	Jean-Luc Ubaldi : Développer des compétences en EPS Jean-Luc Ubaldi : Comment évaluer des compétences en EPS ?
8	6 & 7.09.2011	Santé et EPS	Olivier Duperrex : La santé des enseignants Jean-Claude Bussard : Place de la santé dans l'EPS
9	5 & 6 .09.2012	Des capacités transversales au service du corps et du mouvement	Fabien Ohl : Les enjeux de l'éducation physique du point de vue éducatif
10	4 & 5.09.2013	La mixité en question	Geneviève Cogérino : L'enseignement de l'éducation physique sous l'angle du genre et de la mixité.
11	3 & 4.09.2014	Apprendre en EPS	Jacques Méard : Comment apprendre en EPS ? Jacques Méard : Contenu des leçons en EPS : quelle part entre vivre et apprendre ?
12	1 & 2.09.2015	L'expertise scientifique au service de la performance et de l'enseignement	Jean-Pierre Egger : La science est-elle utile pour les intervenants en sport et en éducation physique ?
13	6 & 7.09.2016	Pratiques EPS : changer pour quels bénéfices ?	Mattia Piffaretti : Les aptitudes mentales dans le changement : réflexions à partir du monde du sport
14	5 & 6.09.2017	Comment s'adapter aux réalités du terrain ?	Olivier Vors : L'adaptation de l'enseignement à la réalité du terrain : exemple de l'EPS en milieu difficile
15	8 & 9.02.2019	Et si on parlait en camp ?	/
16	10 & 11.09.2019	Ensemble, vivons l'éducation physique !	Alan Roura : En solitaire, mais bien entouré
17	7 ou 8.09.2021	Penser l'éducation physique autrement. Variant 2021	/
18	6 & 7.09.2022	Les différences entre élèves	Témoignages de Théo Gmür, Sébastien Maillard et Cédric Blanc
19	5 & 6.09.2023	Engager et impliquer les élèves en EPS	Yves Debonnaire : Engager les jeunes dans l'activité physique par le jeu
20	2 & 3.09.2024	Vers une éducation physique hors des murs	Ismaël Zosso : <i>Outdoor Learning</i>

Tableau 1. Dates, thèmes et conférenciers des Journées Cantonales de Formation Continue

## Retours des participants

Au fil des éditions, les retours des participants ont permis d'affiner et d'améliorer l'organisation des journées. Si certains aspects, comme la conférence matinale ou encore la formule sur un ou deux jours, continuent de diviser les avis, la majorité des participants s'accorde à reconnaître la valeur ajoutée des ateliers pratiques ainsi que la convivialité entre professionnels. Voici deux témoignages représentatifs :

*« Cette formation permet de donner de nouvelles idées pour notre enseignement. Elle permet de tester des choses dans un cadre ludique et bienveillant et de découvrir et partager avec d'autres enseignants. »*

*« Les journées sont toujours des moments conviviaux avec plein de joie de vivre et de rencontres, mais elles apportent un vrai bénéfice dans nos pratiques. »*

## Conclusion

Avec une longévité de plus de deux décennies, les JCFC en éducation physique sont devenues un rendez-vous incontournable pour les enseignants du canton de Vaud. Grâce à leur format dynamique, flexible et attractif, centré sur des ateliers pratiques adaptés aux enjeux et besoins actuels, ces journées de formation continue ont contribué à un engagement important des enseignants en formation continue. Elles ont également créé un espace propice à l'innovation pédagogique et au partage d'expériences, favorisant un climat de convivialité et de collaboration. Le succès croissant et l'intérêt grandissant des participants reflètent la pertinence et l'importance de cet événement dans le paysage éducatif vaudois. Il convient également de saluer la vision des deux précurseurs de cet événement, Alain et Thierry, dont l'initiative a largement contribué à son rayonnement et à sa pérennité.

