

## Appel à nouveau projet - Année scolaire 2020 - 2021

### Innovation / Expérimentation

#### Rectorat

Pôle académique Recherche  
Développement Innovation et  
Expérimentation (PARDIE)

Dossier suivi par les CARDIE :  
Evelyne GERBERT-GAILLARD  
IA-IPR de mathématiques  
Lionel CROISSANT  
Principal

Secrétariat :  
Florence BARDOT  
[florence.bardot@ac-besancon.fr](mailto:florence.bardot@ac-besancon.fr)  
Tel : 0381654933

Courriel à  
[evelyne.gerbert-gaillard@ac-besancon.fr](mailto:evelyne.gerbert-gaillard@ac-besancon.fr)  
[lionel.croissant@ac-besancon.fr](mailto:lionel.croissant@ac-besancon.fr)

10 Rue de la Convention  
25030 BESANÇON cedex

<p><b>FICHE D'IDENTITÉ DU PROJET</b></p>	<p>Intitulé : Développer l'attention de l'élève avec l'aide de la méditation</p> <p>Etablissement(s) – Ecole(s) : Collège André Masson</p> <p>Adresse : 16 rue de la Viotte Saint-Loup-Sur-Semouse</p>
<p><b>COORDINATION</b></p>	<p>Vincent Prothe</p> <p>Professeur de Mathématiques et Référent Numérique du collège André Masson</p> <p>16 rue de la Viotte 70 800 Saint-Loup-Sur-Semouse (03 84 49 00 79)</p> <p><a href="mailto:vincent.prothe@ac-besancon.fr">vincent.prothe@ac-besancon.fr</a></p>
<p><b>BESOINS DIAGNOSTIQUÉS À L'ORIGINE DU PROJET</b></p>	<p>Le déficit d'attention dont sont atteints un nombre croissant d'élèves constitue une difficulté majeure pour la transmission des apprentissages.</p> <p>Concurremment à d'autres facteurs, la multiplication des technologies liées à l'industrie du divertissement (playstations, téléphones mobiles, jeux vidéos) a tendance à disperser fortement la capacité d'attention des adolescents et pré-adolescents.</p> <p>Il s'ensuit bien souvent un manque d'ancrage dans la réalité et un découragement envers toute forme d'effort un peu prolongé, à l'âge où les collégiens élaborent leur personnalité.</p> <p>La méditation de pleine présence (<i>mindfulness</i>) permet de combler cette perte de présence.</p> <p>Il s'agit d'une pratique psycho-corporelle laïque qui a déjà fait ses preuves en matière de développement de l'attention, aussi bien dans les milieux du soin (dépression, burn-out) que dans ceux de l'éducation.</p> <p>Convenablement guidée, en sensibilisant les élèves à leur propre présence et à leurs ressentis physiques et mentaux, la méditation leur permet de les aider à recouvrer et développer leur disposition d'esprit attentive naturelle.</p>
<p><b>RÉSUMÉ DU PROJET EN 10 LIGNES MAXIMUM</b></p>	<p>Réunissant un enseignant du second degré l'infirmière scolaire et un personnel de l'établissement, AESH et par ailleurs formateur en méditation, ce projet vise à mettre en œuvre une session méditative courte (5 mn) en amont des cours, de façon à favoriser la disponibilité des élèves envers les apprentissages.</p> <p>Après une période d'initiation destinée à faire découvrir l'espace propre à la méditation grâce à différentes pratiques guidées, l'enseignant sera à même de diriger seul les sessions dans ses classes.</p>

<p><b>OBJECTIF(S) ET EFFETS ESCOMPTÉS</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>sur les élèves et leurs acquis</b></li> </ul> <p>Centrement de l'être (coordination du corps et de l'esprit) favorisant un sentiment de présence accrue en classe</p> <p>Développement de l'attention et renforcement de la confiance en soi</p> <p>Meilleure cohésion du groupe-classe du fait d'une pratique commune, et partant, amélioration de la communication et des échanges.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>la pratique des enseignants</b></li> </ul> <p>En collaboration avec le formateur en méditation, l'enseignant intégrera un certain nombre de courtes pratiques guidées qui lui permettront d'ouvrir un espace de bienveillance et de confiance dans sa classe.</p> <p>L'enseignant initiera ses élèves à un temps de silence et d'ouverture d'esprit (dont il bénéficiera lui-même) afin de les préparer au mieux à l'intégration des connaissances.</p> <p>L'enseignant apprendra à user de la méditation comme recours lors des périodes d'agitation et en préalable aux évaluations.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>sur l'établissement ou l'école</b></li> </ul> <p>Si la cheffe d'établissement le juge opportun, ce projet expérimental pourrait être étendu par la suite à d'autres classes, avec un effet mélioratif du fait d'un plus grand nombre de personnes sensibilisées à la pratique de pleine présence.</p>
<p><b>MODALITÉS DE MISE EN ŒUVRE PRÉVUES</b></p>	<p><b>Élèves impliqués :</b></p> <p>Elèves impliqués :</p> <p>Projet sur 4 classes du collège donc 100 élèves.</p> <p>Elèves relevant de l'éducation prioritaire, décrocheurs, en grande difficulté scolaire, grande ruralité... : Collège en <b>réseau d'éducation prioritaire</b> : public sensible tant scolairement que socialement.</p> <hr/> <p><b>Modalités d'organisation :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• temporelle</li> </ul> <p>3 séances en trinôme (enseignant + formateur+ infirmière) en début d'année puis des sessions bi-hebdomadaires dirigées par l'enseignant seul <i>durée 5minutes puis</i> entretiens de feedback avec le formateur.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• spatiale</li> </ul> <p>En salle de classe organisation de classe : effectif entier</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• concertation</li> </ul> <p>Tout au long du projet, entre l'enseignant et le formateur, pour adapter les séances en fonction des besoins repérés par l'enseignant et de la progression des élèves.</p> <p>L'infirmière scolaire sera à la disposition des élèves pour recueillir leur parole et répondre à leur questionnements éventuels. Elle serait ensuite à même d'introduire la méditation comme élément facilitateur de ses entretiens</p> <p>A l'issue du projet, entre la cheffe d'établissement, l'enseignant , l'infirmière et le formateur, pour rendre compte de la conduite du projet – et éventuellement de sa reconduction à une échelle plus large sur l'établissement.</p> <hr/> <p><b>Partenariat éventuels :</b></p> <p>Plusieurs visites du PARDIE</p> <p>Votre projet est-il en lien avec un projet déposé par des enseignants-chercheurs au sein de la fédération de recherche de l'ESPÉ ? <b>NON</b></p> <hr/> <p><b>Acteurs éducation nationale :</b></p> <p><b>Vincent Prothe</b> (professeur de mathématiques)</p> <p><b>Annick Cordier</b> (infirmière du collège)</p> <p><b>Yves Dalavalle</b> (AESH)</p>