

# Conférence en marchant : une pédagogie en extérieur pour favoriser les apprentissages et le rapport à l'environnement

JEROME LEGRIX-PAGES

Université de Caen Normandie, Esplanade de la Paix 14032 CAEN

[jerome.legrix-pages@unicaen.fr](mailto:jerome.legrix-pages@unicaen.fr)

Type de soumission : Atelier

## RESUME

L'atelier proposé vise à expérimenter en isomorphisme la méthode pédagogique appelée « conférence en marchant ». Cette méthode, développée à l'Université de Caen Normandie depuis 2013, est utilisée dans des cours magistraux pour des étudiant·e·s en formation initiale et continue dans le domaine des sciences sociales. La méthode a été conçue pour rendre la situation d'apprentissage du cours magistral plus engageante et pour favoriser la mémorisation à long terme des informations. Les enjeux de lutte contre la sédentarité et d'éveil à la conscience environnementale des étudiant·e·s constituent également les fondements de cette pratique. Les participant·e·s pourront au terme de cette expérience en environnement extérieur, évaluer l'écart entre leur perception et les résultats analysés et surtout, se projeter dans une mise en pratique dans leur contexte d'enseignement.

## SUMMARY

The proposed workshop aims to experiment with isomorphism the pedagogical method called "walking conference". This method, developed at the University of Caen Normandie since 2013, is used in lecture courses for students in initial and continuing education in the field of social sciences. The method was developed to make the learning situation of the lecture more engaging and to promote long-term retention of information. The issues of combating sedentary behavior and raising awareness of the environmental consciousness of students are also the foundations of this practice. At the end of this experience in an outdoor environment, participants will be able to evaluate the gap between their perception and the analyzed results and, above all, project themselves into a practice in their teaching context.

## MOTS-CLES

Conférence en marchant, Cours magistraux, pédagogie de plein air, lutte contre sédentarité, compétences environnementales.

## KEY WORDS

Walking conference, Lecture courses, Outdoor education, Fighting sedentariness, Environmental skills.

## 1. Présentation de la méthode expérimentée en atelier et références théoriques

L'atelier vise à expérimenter en isomorphisme une méthode pédagogique appelée « conférence en marchant ». Cette méthode a été développée et utilisée à l'Université de Caen Normandie depuis 2013 dans des cours magistraux pour des publics d'étudiant·e·s en formation initiale et continue, diplômante et qualifiante, de niveau Licence ou Master. Les enseignements concernés sont essentiellement dans le domaine des sciences sociales (histoire des idées, sciences de l'éducation, géographie urbaine, anthropologie) et plus rarement dans des domaines techniques (cartographie, communication visuelle et sonore). Les thématiques et contenus pédagogiques de ces cours ne sont volontairement pas ou très peu en lien avec l'environnement de marche. Les marches ont lieu indépendamment des conditions météorologiques. La durée des marches s'étire sur une séance de cours (1h30 ou 2h), à la

demi-journée, ou plus rarement sur une ou plusieurs journées consécutives. L'expérimentation s'est déroulée avec des effectifs allant jusqu'à 200 étudiant·e·s mais le plus souvent avec des groupes de 30 à 50 participant·e·s. Après plusieurs tests matériels, bénéficiant de l'accompagnement précieux du service d'appui à la pédagogie du CEMU<sup>1</sup> et également nourrie par une mobilité Erasmus d'une semaine de formation en situation à Notodden<sup>2</sup> en Norvège pour y découvrir l'*outdoor learning*, la méthode s'est stabilisée en 2018 tant au niveau technique avec un système d'audioconférence<sup>3</sup> que sur l'orientation théorique principale ou encore au niveau de la scénarisation pédagogique.

La méthode a été développée au regard de trois constats structurels liés pour le premier à des considérations d'enseignant et à des considérations de responsable de la vie étudiante sur un campus pour les suivants. Tout d'abord, la pratique du cours magistral en elle-même interrogeait sur son efficacité pédagogique<sup>4</sup> ; comment était-il possible de rendre cette situation d'apprentissage plus engageante et plus mémorable (Viau, 2009) ? Les difficultés liées à la pédagogie spécifique du cours magistral, le plus souvent en groupe étaient largement connues et partagées par les collègues et subies par leurs étudiant·e·s (Altet, 1994 ; Brauer, 2011). Ensuite, la question de la condition physique nous inquiétait particulièrement avec la documentation de plus en plus précise des conséquences<sup>5</sup> de la sédentarité étudiante (Caby, 2015 ; Chau, 2013). Comment était-il possible de concilier le maintien de maquettes de cours avec des charges hebdomadaires supérieures à 32 heures sans activité physique et les préconisations de compenser par une pratique quotidienne de 1h30 (Carré, 2013) ? Enfin, l'éveil à la conscience environnementale chez nos étudiant·e·s arrivait concrètement dans notre établissement avec un projet de campus 21 et une ambition affirmée d'œuvrer pour le développement durablement et la responsabilité sociale. Comment pouvions-nous développer des compétences environnementales<sup>6</sup> chez nos étudiant·e·s en les coupant d'une expérience sensible de leurs espaces de vie et en les maintenant captif·ve·s à l'intérieur de salles d'enseignement standardisées ?

L'expérimentation de la « conférence en marchant » repose sur plusieurs hypothèses : deux en lien avec l'efficacité de l'apprentissage, deux en lien avec les représentations de l'enseignement et de l'environnement. La première hypothèse formulée est que l'ancrage mémoriel à long terme (visible lors du sommeil dans le couplage cortex-hippocampe) se réalise plus efficacement par libre association d'idées (Zugaro, 2018). L'environnement extérieur permet à chacun·e d'associer un élément du paysage parcouru (une image, un son, une odeur, un lieu...) avec un élément abordé en cours (Taconat, 2012). La variété des situations sensibles parcourues dans une logique de sérendipité, permet des consolidations plus riches que dans des amphithéâtres souvent très pauvrement décorés (peu d'associations

---

<sup>1</sup> Centre d'Enseignement Multimédia Universitaire

<sup>2</sup> Campus de Notodden de l'University of South-Eastern Norway.

<sup>3</sup> Le matériel utilisé repose sur un système d'audioconférence pour visites guidées (WT-100 de marque Rondson).

<sup>4</sup> L'efficacité pédagogique étant dans notre contexte principalement évaluée sur deux niveaux d'objectifs éducationnels : retenir et comprendre (Bloom, 1956).

<sup>5</sup> Selon l'ONAPS · Observatoire National de l'Activité Physique et de la Sédentarité, les risques de mortalité par maladies non-transmissibles (diabète, cancer, accidents cardio-vasculaires...) augmentent de 34 % pour les publics ayant 10 h d'inactivité par jour. En ne comptant que les temps liés aux cours et aux déplacements pour s'y rendre, les étudiant·e·s sont déjà en moyenne à 8 h (ONAPS, 2022).

<sup>6</sup> Selon l'Agence Européenne de l'Environnement, une compétence environnementale renvoie à la capacité d'utiliser des connaissances, des attitudes et des comportements pour comprendre et agir efficacement dans des situations liées à l'environnement. Il s'agit de la capacité à comprendre les relations entre les êtres humains et leur environnement, à évaluer les impacts des activités humaines sur l'environnement et à utiliser ces connaissances pour prendre des décisions et agir de manière responsable (EEA, 2007).

possibles) et sièges d'autres séances de cours (risque de confusion dans la mémorisation). La deuxième hypothèse est que l'activité physique liée à l'effort de la marche va stimuler l'activité du cerveau, le rendre disponible à l'écoute de l'enseignant·e et également renforcer la mémorisation à long terme. Si les objectifs de mémorisation restent les mêmes, la nuance entre les deux premières hypothèses est que dans le premier cas, c'est l'environnement qui améliore les performances cognitives, et dans le second, l'effort physique. Enfin, la troisième hypothèse envisage un bénéfice dans la perception même du cours magistral, à la fois par l'enseignant·e que par les étudiant·e·s quand la quatrième hypothèse imagine un effet transformatif chez les étudiant·e·s dans leurs penser et agir face aux questions environnementales.

Une « conférence en marchant » est scénarisée de la façon suivante :

- Équipement des étudiant·e·s avec le système d'audioconférence ;
- Rappel des règles de sécurité et des attitudes attendues lors de la session (en particulier, rester à portée de l'émetteur de l'enseignant, toujours porter l'oreillette et garder le récepteur ouvert) ;
- Présentation des objectifs de la séance, de la durée de la marche et des modalités d'évaluation ;
- Début de la marche sans aucun matériel de prise de notes ou autres outils de captation audiovisuelle (l'ensemble du plan de cours, des citations, des définitions, de la bibliographie, d'exercice d'application ou de réflexion font l'objet d'un fascicule qui est remis aux étudiant·e·s au terme de la marche). A noter que l'enseignant n'a aucun support à partager pendant la marche (il emmène tout au plus des fiches de notes) ;
- Cours magistral en lui-même ou l'enseignant ouvre la marche et dispense son enseignement de façon globalement descendante. Régulièrement, l'enseignant invite les étudiant·e·s, par groupe de deux (ou trois suivant la nature du terrain), à partager leurs réflexions sur une question posée. L'enseignant reprend la parole dans une phase d'institutionnalisation des savoirs. Toujours à intervalles réguliers, des temps de pause permettent au groupe étiré par les vitesses différentes de marche de se reconstituer et surtout aux étudiant·e·s, de poser directement des questions.
- Retour en salle pour restitution du matériel, conclusion-ouverture par l'enseignant et distribution des supports que les étudiant·e·s pourront enrichir en trace écrite personnelle. Il leur est souvent conseillé d'attendre une journée avant de compléter le document<sup>7</sup>.

## 2. Objectifs d'apprentissage

Les objectifs d'apprentissage de cet atelier sont les suivants :

1. Permettre aux participant·e·s d'expérimenter et découvrir les avantages de la « conférence en marchant » en termes d'ancrage mémoriel, de stimulation de l'activité cérébrale et de concentration de l'attention.
2. Fournir une réflexion sur les opportunités et les difficultés liées à l'intégration cette méthode dans l'enseignement supérieur, que cela soit en termes organisationnels, juridiques, techniques, académiques et réputationnels. Les participant·e·s seront

---

<sup>7</sup> La formation de la mémoire à long terme repose sur un processus où « l'hippocampe, grâce à ses fortes capacités associatives, réactive, au cours de périodes dites *off-line* - de repos ou de sommeil -, les différents modules néocorticaux qui ont participé à l'encodage de l'information » (Lesburguères et Bontempi, 2011).

invité·e·s à réfléchir aux moyens de surmonter les obstacles potentiels et de mettre en place cette approche dans leur propre enseignement.

3. Sensibiliser les participant·e·s aux enjeux de l'éducation environnementale et à l'utilisation de l'environnement extérieur comme outil pédagogique. Les participant·e·s comprendront comment l'environnement extérieur peut être utilisé pour renforcer les compétences environnementales des étudiant·e·s.
4. Partager les résultats des hypothèses de l'expérimentation et envisager les développements futurs.

### **3. Justification de l'intérêt pour les participant·e·s**

L'approche globale de l'atelier repose sur un apprentissage expérientiel, avec expérience sensible par la marche, observation réfléchie entre pairs, conceptualisation abstraite en lien avec les résultats d'environ dix ans de pratique pour inviter enfin à une expérimentation personnelle au retour du colloque. Il permettra en isomorphisme de sortir des salles de conférence pour offrir une déambulation dans l'environnement proche de Lausanne.

L'atelier proposé peut présenter un intérêt pour les participant·e·s en raison de sa dimension pluridisciplinaire et reproductible dans de nombreux contextes d'enseignement. La confrontation entre pairs sera d'autant plus intéressante pour apprécier justement l'essaimage de cette méthode. Pour continuer, cette méthode nous semble particulièrement pertinente pour les enseignant·e·s du supérieur soucieuses et soucieux de l'efficacité de leurs cours magistraux et en recherche d'expérimentation ne relevant pas de dispositifs technologiques lourds. De plus, cet atelier permettra aux participant·e·s de réfléchir aux opportunités et aux difficultés liées à l'intégration de la conférence en marchant dans les programmes universitaires. Les participant·e·s pourront échanger sur les moyens de surmonter les obstacles potentiels et de mettre en place cette approche dans leur propre enseignement. Cela permettra aux participant·e·s d'acquérir des compétences pratiques pour la mise en place d'une telle méthode pédagogique dans leur propre contexte. Ce retour d'expérience concret ainsi que la mise en perspective via une revue de littérature en psychologie, en sciences de l'éducation ou encore en santé publique leur permettront de se forger une opinion éclairée.

A noter que les périodes de confinement ou de dégradation des cours en présence en lien avec la crise sanitaire (port du masque ou distanciation en intérieur par exemple) ont également été l'occasion de promouvoir un retour à un enseignement de plein air. Les expérimentations menées et les expériences acquises pourront dans cette perspective être concrètement utiles pour améliorer sa pratique d'enseignement.

La recherche implicite du développement de compétences environnementales ou de la contribution collective à la lutte contre la sédentarité (chez les étudiant·e·s comme pour leurs enseignant·e·s) peut également susciter l'intérêt de collègues, en particulier si leurs enseignements ne permettent pas immédiatement d'agir ou de sensibiliser à ces questions.

En résumé, l'atelier que nous proposons vise à offrir une expérience concrète de la conférence en marchant et à permettre aux participant·e·s de prendre conscience de cette méthode pédagogique en la vivant par elles-mêmes et eux-mêmes

## 4. Nombre maximum de participant·e·s

L'atelier peut accueillir au maximum 32 participant·e·s pour des raisons de sécurité sur l'espace public. Il est préférable d'avoir un nombre pair de participant·e·s. Le temps de marche (70 minutes) et l'aléa météorologique requièrent aux participant·e·s de s'équiper en conséquent (chaussures et tenue adaptées à la marche).

## 5. Déroulement des activités proposées

L'atelier va se dérouler de la façon suivante :

- 0 – 15' : accueil en salle des participant·e·s pour laisser leurs affaires et s'équiper des systèmes d'audioconférence ;
- 15 – 75' : conférence en marchant à proprement parler. Le thème de la conférence sera, dans une logique métacognitive, sur la méthode de la conférence en marchant. Après avoir rappelé les objectifs de l'atelier, seront abordés le contexte, les questions de départ, les hypothèses, les difficultés organisationnelles, juridiques, techniques, académiques et réputationnelles ainsi que les principaux bénéfices mesurés et documentés. Le parcours fera entre 3 et 4 kilomètres et pourra être adapté au besoin à l'accueil de personnes à mobilité réduite en fauteuil. Les participant·e·s auront alternativement trois types d'activités pendant l'atelier :
  - écouter les apports de l'intervenant en marchant,
  - toujours en marchant, échanger en binôme à l'invitation de l'intervenant (observation réfléchie par guidance),
  - pause et regroupement pour session rapide de questions-réponses ou pour des temps d'institutionnalisation et de restructuration.

Au cours de la marche, la méthode aura été expérimentée concrètement et en même temps elle aura été explicitée de façon détaillée.

- 80' – 90' : retour en salle pour restitution du matériel et distribution des traces écrites (plan de cours, principales citations, bibliographie).

## 6. Ressources mobilisées durant l'atelier

Mise à disposition de système de visite guidée WT-100 de chez Rondson (1 émetteur avec micro pour l'enseignant, 32 récepteurs avec oreillette pour les participant·e·s). L'ensemble des matériel est désinfecté par traitement UV avant chaque utilisation.

Pour chaque participant·e, à l'issue de la marche, un document reprenant l'ensemble des points-clés de l'intervention ainsi que la bibliographie sans omettre un système de retour d'expérience qui évaluera à froid la mémorisation des contenus dispensés pendant la marche.

*A noter que l'enseignant est formé à l'encadrement de groupe en randonnée et aux premiers secours.*

*Si la proposition d'atelier est retenue, et dans la mesure des possibilités du comité d'organisation, il serait souhaitable que l'atelier se déroule sur une fin de demi-journée ou avant une pause (en cas de problème qui occasionnerait un retard), et de préférence l'après-midi (là où physiologiquement, le bénéfice de l'activité physique est le plus manifeste). La parcours sera sur les campus et la forêt de Dorigny.*

## Références bibliographiques

- Altet, M. (1994). Le cours magistral universitaire : un discours scientifico-pédagogique sans articulation enseignement-apprentissage. *Recherche et formation*, 15, 35-44.
- Bloom, B. S.; Engelhart, M. D.; Furst, E. J.; Hill, W. H.; Krathwohl, D. R. (1956). *Taxonomy of educational objectives: The classification of educational goals*. David McKay Company.
- Brauer, M. (2011). *Enseigner à l'Université: Conseils pratiques, astuces, méthodes pédagogiques*. Armand Colin. 69-90.
- Caby, I., Toulotte, C., Blondel, N., Pezé, T., Hurdiel, R., Theunynck, D. (2015). La condition physique des étudiants : une sédentarité inquiétante. *16e congrès de l'ACAPS*, 136-137.
- Carré, F. (2013). *Danger sédentarité, vivre plus en bougeant plus*. Cherche Midi.
- Chau, J.Y., Grunseit, A.C., Chey, T. (2013) Daily sitting time and all-cause mortality: a meta-analysis. *PLoS One*, 8, 1-14.
- European Environment Agency (2007). *Environmental education and communication: Key competences for sustainable development*. Office for Official Publications of the European Communities.
- Lesburguères, E., Bontempi, B. (2011) Mécanismes de consolidation de la mémoire. Importance de l'étiquetage précoce des neurones du néocortex. *Med Sci*, 27, 1048-1050.
- Lussault, M. (2002). *Géographie des espaces naturels*. Belin.
- Taconnat, L. (2012). Fonctionnement et dysfonctionnement de la mémoire humaine. *Le Journal des psychologues*, 297, 18-23.
- Viau Rolland. (2009). *La motivation en contexte scolaire*. De Boeck.
- Zugaro, M. (2018). Rythmes cérébraux et codage neural de la mémoire. *L'annuaire du Collège de France*, 116, 664-665.