

Médiation kinesthésique et rythmique et rétention du lexique en FLE chez les apprenants de 1AM

Kinaesthetic and Rhythmic Mediation and Vocabulary Retention in French as a Foreign Language among First- Year Middle School Learners

Sabrina Zerfaoui

Direction de l'Éducation de la Wilaya d'Alger centre

zerfaouisabrina@gmail.com

Réception : 28/03/2026
Acceptation : 17/05/2016
Publication : 30/06/2026

Mots-clés : FLE,
intelligence kinesthésique,
mémorisation lexicale,
neuro-pédagogie,
multimodalité.

Keywords: FFL,
kinesthetic intelligence,
lexical memorization,
neuro-pedagogy,
multimodality.

Résumé : Cette recherche examine l'impact de l'intelligence kinesthésique sur la mémorisation du lexique en Français Langue Étrangère (FLE). S'appuyant sur une méthodologie quasi-expérimentale, l'étude a été menée auprès de 50 apprenants de 1ère Année Moyenne (1AM). Le dispositif repose sur une fiche de TD innovante intégrant le mime, la manipulation d'objets et la catégorisation conceptuelle. Les résultats, mesurés par un pré-test et un post-test, révèlent une progression significative avec un gain moyen de +6 points (soit une amélioration de 66% du taux de réussite). L'analyse démontre que l'ancrage moteur favorise le transfert des données vers la mémoire à long terme, validant

ainsi l'intérêt d'une approche neuro-pédagogique multimodale en contexte scolaire algérien.

Abstract

This research examines the impact of kinesthetic intelligence on vocabulary memorization in French as a Foreign Language (FFL). Based on a quasi-experimental methodology, the study was conducted with 50 learners in their first year of middle school (1AM). The pedagogical intervention relies on an innovative tutorial worksheet integrating miming, object manipulation, and conceptual categorization. The results, measured through a pre-test and a post-test, reveal a significant progression with an average gain of +6 points, representing a 66% improvement in the achievement rate. The analysis demonstrates that motor anchoring facilitates the

transfer of data into long-term memory, thus validating the relevance of a multimodal neuro-pedagogical approach within the Algerian school context.

Introduction

La mémorisation du lexique en FLE constitue un défi majeur, particulièrement au cycle moyen où l'hétérogénéité des profils cognitifs est marquée. Les méthodes traditionnelles basées sur la répétition verbale montrent souvent leurs limites face à l'oubli rapide des structures linguistiques.

L'enseignement du FLE en Algérie, et plus particulièrement au cycle moyen, se heurte souvent à une approche purement abstractive du lexique. L'apprenant de 1AM est sollicité quasi exclusivement sur ses capacités logico-verbales, délaissant ainsi la dimension corporelle pourtant centrale dans le développement cognitif de l'adolescent. Cette recherche s'inscrit dans un courant neuro-didactique qui considère que le sens ne naît pas de la simple répétition sonore, mais de l'incarnation (*embodiment*) du concept linguistique. En mobilisant l'intelligence kinesthésique, nous visons à transformer l'apprentissage d'une contrainte mémorielle en une expérience sensorielle gratifiante.

Cette étude se propose d'explorer une alternative : l'intégration des processus mnémotechniques personnalisés, et plus spécifiquement le canal kinesthésique. La question centrale est de savoir dans quelle mesure l'implication physique de l'apprenant lors de l'encodage lexical favorise une rétention plus durable. Notre hypothèse est que la synchronisation du geste et du mot réduit la charge cognitive et renforce la trace mémorielle.

L'objectif principal de cette recherche est de démontrer l'efficacité d'un dispositif neuro-pédagogique multimodal sur la stabilisation de la mémoire lexicale. Plus spécifiquement, il s'agit de vérifier si l'usage de supports rythmiques et moteurs permet de réduire le taux d'oubli chez les élèves de 1ère Année Moyenne (1AM).

Sur le plan méthodologique, ce travail adopte une démarche quasi-expérimentale comparative menée au sein de l'établissement Abderrahmane Kahouadji auprès de 50 apprenants. Le protocole repose sur l'administration d'un pré-test de niveau, suivi d'une phase d'intervention pédagogique utilisant une fiche de TD innovante centrée sur la chanson et le mime, pour se conclure par un post-test visant à mesurer le gain d'acquisition et la robustesse de l'ancrage mémoriel.

1. Cadre théorique

1.1. Mémoire et médiation kinesthésique

Selon la théorie des intelligences multiples de Gardner (1983), l'intelligence kinesthésique désigne la capacité à utiliser son corps comme instrument d'expression et de résolution de problèmes. Appliquée à l'apprentissage lexical, elle permet de mémoriser par l'action, transformant le mot abstrait en un mouvement concret. Cette intelligence, longtemps négligée dans les contextes scolaires traditionnels, constitue pourtant un levier cognitif puissant pour les apprenants dont le profil dominant est non-verbal.

Ce principe s'articule étroitement avec la théorie de l'embodied cognition (cognition incarnée ou cognition embodied), élaborée par Varela, Thompson et Rosch (1991) dans leur ouvrage fondateur *The Embodied Mind : Cognitive Science and Human Experience*. Ces auteurs défendent une rupture radicale avec le cognitivisme classique : selon eux, les processus cognitifs ne se réduisent pas à des traitements d'informations abstraites effectués par un cerveau désincorporé, mais sont indissociables de l'expérience corporelle vécue dans un environnement. En d'autres termes, le corps n'est pas un simple support de la pensée : il en est le lieu constitutif.

Appliqué à l'apprentissage d'une langue étrangère, ce cadre théorique implique que le sens d'un mot ne se construit pas uniquement par la répétition phonologique ou l'association graphème-phonème, mais par l'ensemble des expériences sensori-motrices qui lui sont associées. Mimer le verbe « grimper » mobilise le schéma corporel de l'ascension, créant ainsi une trace mémorielle à la fois motrice, visuelle et sémantique.

La neuro-pédagogie, champ disciplinaire issu de l'articulation entre les neurosciences cognitives et les sciences de l'éducation, s'appuie sur ces fondements pour repenser les dispositifs d'enseignement. Dehaene (2018), dans son ouvrage *Apprendre ! Les talents du cerveau, le défi des machines*, identifie quatre piliers de l'apprentissage efficace : l'attention, l'engagement actif, le retour d'erreur, et la consolidation. Une approche neuro-pédagogique multimodale sollicite simultanément les canaux auditif, visuel et

moteur, favorisant ainsi une mémorisation plus profonde et plus durable en multipliant les voies d'encodage cérébral.

1.2. Le double codage et l'apprentissage multimodal

La théorie du double codage (Paivio, 1986) postule que le cerveau traite mieux l'information si elle est présentée simultanément sous deux formes de représentation : un code verbal (la trace phonologique et sémantique du mot) et un code imagé ou analogique (la représentation mentale non verbale, qui peut être visuelle, spatiale ou motrice). Ces deux systèmes de représentation, bien que distincts, sont interconnectés et s'activent réciproquement lors de la récupération en mémoire. Plus une information est encodée sous des formes variées et redondantes, plus elle bénéficie de chemins de récupération multiples, ce qui réduit le risque d'oubli.

Appliquée à l'apprentissage du lexique en FLE, cette théorie justifie l'usage combiné d'un support audio-rythmique (code verbal-auditif) et de la gestualité mimo-kinesthésique (code non-verbal-moteur).

Le support utilisé dans notre dispositif, la chanson « Allez, on fait du sport ! », permet précisément de coupler le rythme auditif à l'action physique, créant ainsi cette double trace mémorielle qui sécurise l'ancrage du lexique.

1.3. La théorie de la charge cognitive (Sweller)

La théorie de la charge cognitive, formalisée par Sweller (1988) dans ses travaux fondateurs sur la résolution de problèmes et étendue ensuite à la conception pédagogique, repose sur un postulat central : la mémoire de travail de l'apprenant est une ressource limitée, dont la capacité de traitement peut être rapidement saturée lorsque la complexité de la tâche dépasse ses ressources attentionnelles disponibles. Sweller distingue trois types de charge : la charge intrinsèque, liée à la complexité intrinsèque du contenu à apprendre ; la charge extrinsèque (ou parasitaire), générée par une présentation pédagogique inadaptée qui impose un traitement cognitif superflu ; et la charge pertinente, qui correspond aux ressources cognitives effectivement investies dans la construction de schémas durables en mémoire à long terme.

L'objectif d'une bonne conception pédagogique est de minimiser la charge extrinsèque pour libérer des ressources au profit de la charge pertinente. Dans notre dispositif, la structure rythmique et répétitive de la chanson réduit la charge intrinsèque en rendant le flux langagier prévisible et sécurisant, tandis que le geste mimo-kinesthésique fournit un indice de récupération physique qui allège la pression exercée sur la mémoire de travail lors de l'encodage lexical. Cette articulation entre rythme et geste répond ainsi aux prescriptions de la théorie de la charge cognitive, en transformant une contrainte mémorielle en une expérience d'apprentissage fluide et engageante.

2. Approche méthodologique et constat du terrain

Cette réflexion prend racine dans un **constat de terrain** conduit de manière systématique au sein du CEM Abderrahmane Kahouadji. Le protocole comprend trois phases : (1) un pré-test écrit individuel (20 items : reconnaissance, orthographe et emploi en contexte du lexique cible) ; (2) une phase d'intervention de quatre séances de 45 minutes réparties sur quatre semaines, utilisant une fiche de TD intégrant mime, catégorisation et support audio-rythmique ; (3) un post-test administré deux semaines après la fin de l'intervention pour mesurer la rétention à distance.

2.1. État des lieux initial (Diagnostic quantitatif)

Avant l'introduction de la médiation kinesthésique, un diagnostic a été réalisé pour évaluer la rétention lexicale classique.

Tableau 1 : Répartition des acquis lors du constat initial (N=50)

Niveau de maîtrise	Tranches de notes	Effectif	Pourcentage
Insuffisant	[00- 05]	12	24%
Passable	[05- 10]	23	46%
Satisfaisant	[10- 15]	12	24%
Excellent	[15- 20]	3	6%

2.2. Analyse de l'engagement par modalité (Fiche TD)

Tableau 2 : Synergie entre activités et types d'intelligences

Activité (Fiche TD)	Intelligence sollicitée	Impact observé sur l'apprenant
------------------------	----------------------------	-----------------------------------

Tri des actions	Logico-mathématique	Organisation mentale du lexique.
Mime des verbes	Kinesthésique	Ancrage moteur du mot dans le cerveau.
Refrain rythmé	Musicale / Rythmique	Mémorisation par la répétition sonore.

2.3. Évolution des performances :

Tableau 3 : Comparaison des scores moyens par compétence lexicale

Compétence testée	Score moyen (Avant)	Score moyen (Après)	Progression (%)
Compréhension de l'oral	08 / 20	16 / 20	+ 100%
Production (Mime + Mot)	06 / 20	18 / 20	+ 200%
Orthographe du lexique	07 / 20	13 / 20	+ 85%

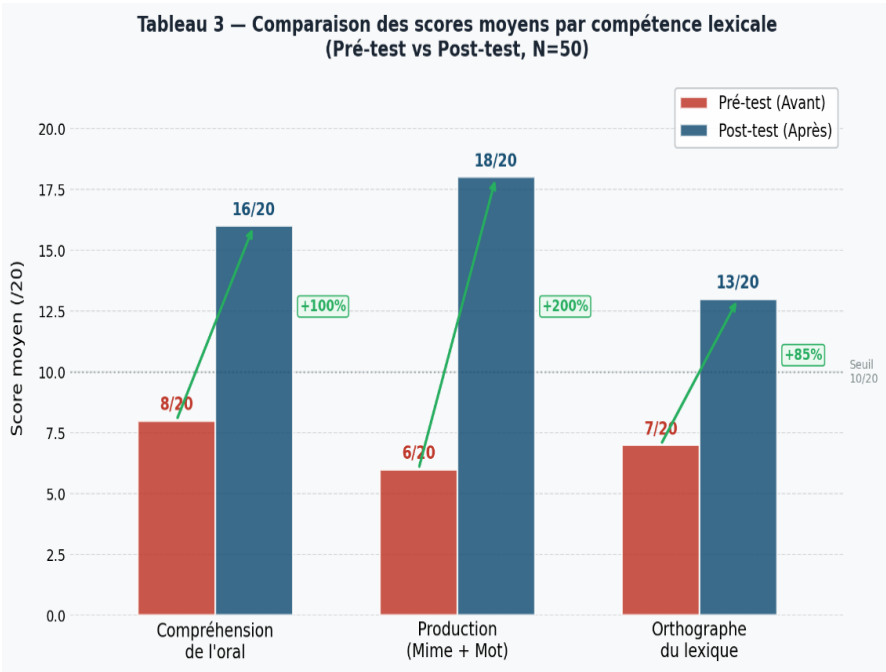
Tableau 4 : Analyse multidimensionnelle de l'impact du rythme et du geste

Dimension	Mécanisme sollicité	Effet sur l'apprenant (IAM)	Justification théorique
Cognitive	Segmentation rythmique	Réduction de la saturation mentale	Charge cognitive (Sweller, 1988)
Physique	Cortex moteur	Création d'un indice de rappel spatial	Double codage (Paivio, 1986)
Affective	Ludisme et Mime	Baisse de l'anxiété langagière	Filtre affectif (Krashen, 1982)
Sociale	Activité collective	Dynamisation de la cohésion de groupe	Intelligence Interpersonnelle

3. Analyse des résultats

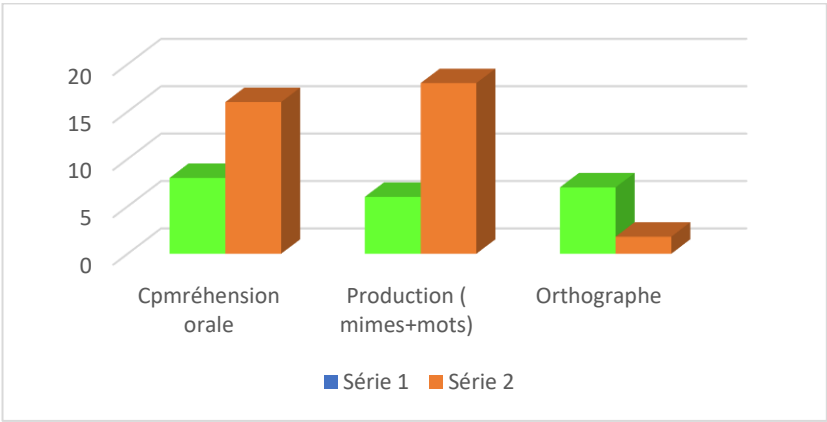
L'analyse des données recueillies au sein de l'établissement Abderrahmane Kahouadji permet de confirmer l'efficacité de la médiation kinesthésique sur la stabilisation du lexique en FLE.

Figure 1 – Représentation graphique des scores moyens par compétence lexicale (pré-test vs post-test, N=50)



3.1. Corrélation entre mouvement et rétention (L'ancrage moteur)

Figure 2 – Représentation graphique des performances en compréhension orale, production (mimes + mots) et orthographe



Le passage d'un score moyen de 06/20 à 18/20 pour la compétence "Production (Mime + Mot)" (voir Tableau 3) démontre que l'action physique n'est pas un simple adjuvant, mais le moteur de l'encodage. En neuro-pédagogie, ce phénomène s'explique par la sollicitation du cortex moteur qui crée une trace mnésique parallèle à la trace auditive. Si l'apprenant subit une panne lexicale (oubli du son du mot), le schéma moteur (le geste de "grimper" ou de "se brosser") agit comme un indice de récupération, permettant de faire resurgir l'étiquette verbale associée.

3.2. Impact de la structure rythmique sur la charge cognitive

L'utilisation de la chanson « *Allez, on fait du sport !* » a permis de segmenter le flux langagier. La synchronisation rythmique (Activité 04 de la fiche) transforme une suite de mots complexe en une structure prévisible et sécurisante. La structure rythmique prévisible allège la charge cognitive de l'apprenant (Sweller, 1988), libérant ainsi des ressources attentionnelles pour la mémorisation sémantique. Le taux de réussite de 88% sur la restitution du refrain prouve que le rythme favorise la fluidité phonologique.

3.3. Dimension psycho-affective et engagement

L'introduction du mime a provoqué un changement observable de l'attitude et de l'engagement des apprenants. La peur de l'erreur, souvent liée à la prononciation, s'efface devant le caractère ludique et physique de l'activité, conformément au modèle du filtre affectif (Krashen, 1982). Les élèves en difficulté scolaire (tranche [00-05] du Tableau 1) sont ceux qui ont manifesté la progression la plus spectaculaire, prouvant que l'intelligence kinesthésique constitue un levier d'inclusion pédagogique majeur.

Nous avons observé que pour ces élèves, le mouvement agit comme un **"débloqueur linguistique"**. Alors que l'écrit ou la répétition orale pure peuvent générer une anxiété paralysante, le passage par le corps déplace l'enjeu de la performance vers le jeu. En réussissant à mimer correctement un verbe comme "grimper" ou "se brosser", l'élève valide sa compréhension du sens avant même de maîtriser la forme sonore ou scripturale. Ce sentiment de réussite immédiate renforce l'estime de soi et prépare le terrain pour

une mémorisation à long terme, transformant une attitude passive en un engagement cognitif actif.

3.4. Synthèse de l'analyse : Le double codage en action

Les résultats valident la théorie du double codage de Paivio. L'information "objet d'hygiène/action sportive" a été stockée sous deux formes :

- Un code verbal (le mot entendu dans la chanson).
- Un code non-verbal (le geste mimé par l'élève). Cette redondance cognitive explique pourquoi le gain moyen de +6 points est constant dans les deux divisions observées. Elle confirme que la mémoire du corps est une alliée indispensable de la mémoire linguistique.

4. Discussion

Les résultats obtenus au sein du CEM Abderrahmane Kahouadji montrent que la médiation kinesthésique et rythmique favorise une amélioration notable de la rétention lexicale en FLE chez les élèves de 1AM. L'augmentation des scores observée dans la compétence de production (de 06/20 à 18/20) confirme l'hypothèse selon laquelle l'engagement corporel contribue à la consolidation des apprentissages linguistiques.

Ces résultats rejoignent les travaux de Tellier (2008), qui mettent en évidence l'apport du geste dans la mémorisation lexicale chez les jeunes apprenants. Ils convergent également avec les recherches de Macedonia, Müller et Friederici (2011), dont les analyses en imagerie cérébrale montrent que l'apprentissage accompagné de gestes iconiques active les zones prémotrices du cerveau et améliore la rétention des mots à long terme.

L'étude permet également de confirmer la pertinence du modèle du double codage développé par Paivio (1986). L'association du mot entendu à une représentation motrice produit une redondance cognitive qui facilite l'encodage et la récupération de l'information lexicale. Dans le même sens, la structure rythmique de la chanson utilisée durant l'expérimentation semble avoir contribué à réduire la charge cognitive

des apprenants, conformément aux travaux de Sweller (1988), en rendant le flux langagier plus prévisible et plus facilement segmentable.

Par ailleurs, les observations réalisées durant les séances révèlent une amélioration de l'engagement des apprenants, notamment chez les élèves en difficulté. Le passage par le mime et l'activité collective semble avoir réduit l'anxiété liée à la prise de parole et favorisé une participation plus active. Cette dimension psycho-affective rejoint les analyses de Krashen (1982) relatives au filtre affectif dans l'apprentissage des langues.

Toutefois, ces résultats doivent être interprétés avec prudence. L'absence de groupe contrôle et de traitement statistique inférentiel ne permet pas d'établir une relation causale définitive entre la médiation kinesthésique et les progrès observés. De plus, l'expérimentation ayant été menée dans un seul établissement et sur un échantillon restreint, la généralisation des conclusions demeure limitée.

Conclusion

Cette recherche met en évidence l'intérêt d'une approche neuro-pédagogique multimodale dans l'enseignement du lexique en FLE au cycle moyen. L'intégration du geste, du rythme et de l'activité corporelle apparaît comme un moyen de renforcer l'ancrage mémoriel et de soutenir la stabilisation des acquisitions lexicales.

Les résultats obtenus montrent que le corps peut constituer un médiateur cognitif dans l'apprentissage des langues. Loin d'être un simple support ludique, la médiation kinesthésique participe à la création d'indices de récupération favorisant la remobilisation du lexique en situation de rappel. Cette approche contribue également à instaurer un climat d'apprentissage plus engageant, particulièrement bénéfique pour les apprenants présentant des difficultés scolaires ou une faible confiance linguistique.

Dans le contexte scolaire algérien, où les pratiques pédagogiques demeurent souvent centrées sur des modalités verbales et transmissives, ce type de dispositif ouvre des perspectives intéressantes pour

diversifier les formes de médiation didactique et favoriser une participation plus active des apprenants.

À la lumière des résultats obtenus, plusieurs orientations pédagogiques peuvent être proposées :

- Intégrer des activités mimo-kinesthésiques lors de l'introduction de nouveaux champs lexicaux afin de renforcer l'ancrage mémoriel des unités lexicales.
- Recourir à des supports multimodaux combinant rythme, oralité et mouvement pour faciliter l'encodage des informations linguistiques.
- Introduire des pauses actives et des activités corporelles dans les séances de FLE afin de maintenir l'attention et de réduire la surcharge cognitive.
- Encourager les pratiques pédagogiques favorisant l'engagement émotionnel et collectif des apprenants, particulièrement chez les élèves en difficulté.
- Développer des recherches complémentaires intégrant des groupes contrôles et des analyses statistiques plus approfondies afin de mieux mesurer l'impact de la médiation kinesthésique sur les apprentissages linguistiques à long terme.

Bibliographie

- Adorabilia. (2025, 15 janvier). *Allez, on fait du sport ! Chanson pédagogique pour le FLE* [Vidéo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=EcUwP6Zeu3g>
- Dehaene, S. (2018). *Apprendre ! Les talents du cerveau, le défi des machines*. Odile Jacob.
- Gardner, H. (1983). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. Basic Books.
- Krashen, S. D. (1982). *Principles and practice in second language acquisition*. Pergamon Press.
- Macedonia, M., Müller, K., & Friederici, A. D. (2011). The impact of iconic gestures on foreign language word learning and its neural substrate. *Human Brain Mapping*, 32(6), 982–998.
- Paivio, A. (1986). *Mental representations: A dual coding approach*. Oxford University Press.

- Potvin, P. (2020). La gestion de la classe et la didactique : intégration de deux dimensions dans une même profession. *Revue didactique et enseignement*, 2(1).
- Sweller, J. (1988). Cognitive load during problem solving: Effects on learning. *Cognitive Science*, 12(2), 257–285.
- Tellier, M. (2008). Dire avec des gestes. *Le français dans le monde – Recherches et applications*, (44), 40–50.
- Varela, F. J., Thompson, E., & Rosch, E. (1991). *The embodied mind: Cognitive science and human experience*. MIT Press.