

Sève, C., & Gal-Petitfaux, N. (2015). Les techniques corporelles en éducation physique. In M. Durand, D. Hauw & G. Poizat, Apprendre des techniques corporelles. Paris : PUF

Parmi le large éventail de techniques sportives qui s'offrent à eux, les enseignants choisissent celles qu'ils vont enseigner aux élèves en relation avec différents éléments :

- les ressources disponibles des élèves. Il s'agit de proposer des techniques sportives dont les difficultés d'appropriation sont compatibles avec les possibilités et ressources des élèves. Par exemple, l'apprentissage des techniques de démarquage dans les sports collectifs ne peut s'envisager qu'à partir du moment où les élèves différencient les rôles d'attaquant et de défenseur, s'orientent sur le terrain, prennent des informations sur les placements et déplacement des autres joueurs, réalisent des courses variées en vitesse et direction ;

- les niveaux de compétence attendus. Les techniques sportives enseignées sont choisies en référence au niveau attendu de compétence défini par les textes officiels. En effet l'atteinte de ces niveaux suppose la maîtrise de certaines techniques sportives. Par exemple l'atteinte du niveau 2 en Basket-ball nécessite de maîtriser différentes formes de tirs au panier (en course et à l'arrêt) ;

- le « potentiel éducatif » des techniques sportives. Chaque technique sportive pose, pour les élèves, des problèmes bien spécifiques d'adaptation sensori-motrice. Même si le niveau des ressources des élèves et le temps de pratique qu'ils peuvent y consacrer ne leur permet pas toujours de maîtriser avec efficacité certaines techniques sportives, leur enseignement permet néanmoins de développer de nouveaux pouvoirs d'action chez les élèves. Par exemple, en Tennis de table, imprimer une rotation à la balle exige d'être capable de se placer avec précision par rapport à la balle (être à « bonne distance » de la balle), de l'intercepter au bon moment sur sa trajectoire, de répondre au conflit vitesse-précision (« toucher finement ») et avec une certaine vitesse la balle avec sa raquette). Ces capacités peuvent être développées à travers des situations d'apprentissage telle que lift sur lift, faisant émerger de nouveaux pouvoirs moteurs chez les élèves (maîtrise du couple orientation-vitesse du mouvement, ajustements perceptivo-moteurs, mise en jeu coordonnée de différents degrés de liberté des articulations du membre supérieur, etc) qui seront ré-investis dans d'autres situations sportives et de la vie quotidienne ;

- le « potentiel ludique » des techniques sportives. Tous les élèves sont contraints de participer à l'EPS.

Certains affectionnent les activités physiques et sportives, d'autres sont moins enclins à la pratique sportive. Un des enjeux de l'EPS est d'amener les élèves à poursuivre une activité physique régulière tout au long de leur vie. Il est alors essentiel que les élèves prennent du plaisir à pratiquer. Pour ce faire, les enseignants optent pour le choix de techniques sportives qui présentent un « potentiel ludique », c'est-à-dire des techniques sportives dont la réalisation génère des expériences et sensations corporelles nouvelles, et procure du plaisir aux élèves. Par exemple en Gymnastique sportive, l'usage de certains aménagements matériels permet d'éprouver des sensations de déséquilibre, de vertige, de vol, de rotations sur soi-même, etc. Les sentiments d'appréhension qui accompagnent, dans un premier temps, ces nouvelles sensations liées à des postures corporelles inhabituelles laissent rapidement la place à du plaisir et à la fierté d'avoir surmonté sa peur ;

- la pertinence culturelle des techniques sportives. Chaque sport est porteur d'une diversité de techniques sportives qui ont marqué son évolution historique, certaines ayant disparues, d'autres étant représentatives de la culture technique contemporaine. Même si les enseignants valorisent les techniques d'aujourd'hui comme objet d'apprentissage, ils peuvent également confronter les élèves à des techniques plus anciennes (e.g., les techniques du Ventral ou du Ciseau dans le Saut en hauteur) afin qu'ils vivent la construction historique des solutions techniques en fonction de l'évolution de différents paramètres (le règlement, les conditions matérielles disponibles, les ressources à disposition, etc).

Comment sont enseignées les techniques corporelles en EPS ?

Un premier format typique d'enseignement consiste dans le recours à l'identification et à la reconnaissance de « principes et règles d'efficacité pour agir » que les élèves doivent comprendre pour acquérir de nouvelles techniques corporelles. En référence aux théories cognitivistes de l'apprentissage (Richard Schmidt, 1993), les enseignants estiment que cette connaissance aide les élèves à se représenter le mouvement à réaliser, et en facilite la mémorisation, la programmation et le contrôle. Ces règles d'action sont spécifiques pour chaque type et niveau d'apprentissage et sont bien souvent identifiées par des experts de la spécialité sportive. Par exemple, l'apprentissage du « smash » en tennis de table suppose le respect des règles d'action suivantes : frapper la balle loin du corps, accélérer le mouvement avant la frappe de balle, terminer le geste dans la direction où l'on veut

envoyer la balle. Les enseignants tentent de faire accéder les élèves à ces règles d'action à l'aide de différentes stratégies : verbalisation des règles par les élèves, confrontation d'idées entre élèves, utilisation de fiches d'observation, situations de résolution de problèmes, etc.

(...)

Un troisième format typique d'enseignement consiste à aménager l'environnement matériel et à modifier le système de contraintes externes de la tâche d'apprentissage proposée aux élèves. En référence aux concepts issus des théories dynamiques de l'apprentissage (Jean-Jacques Temprado et Gilles Montagne, 2001), les enseignants estiment que l'acquisition de nouvelles techniques corporelles nécessite de modifier les « coordinations motrices spontanées » des élèves, notamment au moyen de modifications environnementales spatiales ou matérielles, pour les faire accéder à de nouvelles formes de coordination motrice plus élaborées. Par exemple l'apprentissage de la technique du lancer de javelot suppose de lutter contre une « coordination globale naturelle » qui est celle de la marche ou de la course, c'est-à-dire transformer une coordination dans laquelle la ligne des épaules et le bassin sont « en anti-phase » (lorsque la ligne des épaules s'oriente vers la gauche, la ligne du bassin compense en s'orientant vers la droite) vers une autre coordination globale dans laquelle la ligne des épaules et le bassin sont « en phase » (elles s'orientent du même côté). L'acquisition de cette nouvelle coordination est facilitée par des tâches spécifiques qui « appellent » ces coordinations (par exemple, tenir une balle dans la main gauche et la maintenir dans la direction de l'angle d'envol du javelot aide à l'alignement de la ligne d'épaule avec la ligne du bassin). Les enseignants d'EPS conçoivent ainsi de multiples aménagements matériels pour solliciter de nouvelles adaptations motrices chez les élèves.

L'EPS, en tant que discipline d'enseignement scolaire, joue un rôle à la fois essentiel et particulier dans la transmission culturelle en envisageant les techniques sportives comme un moyen pour apprendre par le corps et apprendre de son corps.

Technique et technicisme en Éducation physique

Les techniques sportives (en tant que production des athlètes de haut niveau), font l'objet de controverses en Éducation Physique et ne jouissent pas toujours d'un statut très noble en tant qu'objet culturel à transmettre. Bien souvent ces techniques

sont considérées comme « aliénantes » car porteuses d'une norme d'efficacité standard que les pratiquants sportifs ont à copier servilement. Le sportif de haut niveau est regardé comme celui qui a stabilisé ses techniques à force de répétitions ennuyeuses, monotones et contraignantes, et le débutant apprenant comme celui qui doit s'efforcer de singer ces modèles gestuels issus de la haute performance sportive. Cette vision des techniques sportives est réductrice et est certainement le fruit d'une dérive que l'on peut appeler de « technicisme », c'est-à-dire une attitude consistant à penser la technique corporelle comme un simple comportement observable, descriptible en tant que geste ou mouvement à reproduire, en oubliant sa genèse et en évinçant ses dimensions sensorielles, d'inventivité motrice et de culture. Pourtant une technique sportive est avant tout sensorielle car apprendre une nouvelle technique sportive consiste à s'éprouver corporellement et ressentir des émotions liées à la sensation de fluidité, de maîtrise, d'efficacité de mouvements intentionnellement réalisés. Elle est également l'objet d'inventivité par l'homme car une technique sportive est le produit d'une adaptation sensori-motrice à une série de problèmes posés dans un contexte donné. Plus qu'un geste, elle est l'exercice d'une intelligence pratique. Enfin, elle est culturelle car une technique sportive « cristallise » dans un geste l'intelligence pratique d'autres hommes : s'approprier cette technique c'est incorporer cette intelligence pratique et acquérir de nouveaux pouvoirs d'action. Aussi la compréhension d'une technique sportive ne peut être réduite à l'analyse d'un « produit fini et finalisé » mais doit également prendre en compte les processus liés à sa genèse et à son appropriation par l'homme.

En plus :

Parmi ces débats professionnels, certains portent a) sur la place de la notion d'entraînement (envisagé à la fois sous l'angle de productions motrices et de processus permettant de « savoir s'entraîner »), b) le type d'expériences motrices à privilégier (par exemple des expériences sportives authentiques lors de longues séquences de pratique garantissant des mises en projets collectifs et des progrès visibles, par opposition à une diversité d'expériences corporelles multipliant et valorisant des adaptations ponctuelles mais originales), c) la place de l'émotion et du plaisir comme moteur des apprentissages et propédeutique à l'adoption d'habitudes corporelles pour la gestion de sa vie physique future, d) les modes et exigences de l'évaluation des apprentissages...