Annexe 20

Nature des APSA

Entretiens avec des experts des APSA étudiées

SPECIALISTE DE BADMINTON

Entretien avec J.-C. Weckerlé, 17/06/2004

(UFRSTAPS LYON)

Généralités sur l'A.P.S.A.

Problème fondamental : en terme de ressources le problème du badminton c'est de concilier technique et tactique et cela met en jeu… en terme de coordination, de prise d'informations et de prise de décision. Il y a une sollicitation des processus d'anticipation -coïncidence qui fait la spécificité des sports de raquettes.

Duel / duo : les modes d'entrée des élèves sont différents historiquement le badminton en tant que jeu de plage on est plutôt sur le mode duo. On rentre sur la logique de l'échange plutôt chez les filles alors que chez les garçons on est sur le duel. Pour les filles ça leur permet de rentrer dans l'activité. Il y a un manière de faire évoluer c'est de modifier les formes de groupement en mélangeant les niveau et les garçons et les filles. Cela pourrait être le moyen de gérer la mixité. Cela permettrait aussi de prendre en compte les caractéristiques de l'adversaire.

Attaque défense se justifie par l'approche en terme de rapport de force et l'évaluation par le joueur de ce rapport de force qui lui permet de dire si il est en situation favorable ou non. Les travaux sur le programme lycée font apparaître ce type de problématique. Ce qui est une approche récente. Différents paramètres permettent d'estimer si le joueur est en position favorable ou non : positionnement de l'adversaire, la nature du volant joué, ma propre position et mes possibilités techniques. Le rapport de force c'est la mise en relation d'informations dans un temps très court. Donc la situation d'urgence fait que je dois prendre une décision dans un temps très court. Il y a des trajectoires d'attaque ou de défense, le smash c'est une trajectoire d'attaque mais le dégagé peut être un dégagé d'attaque pour déborder l'adversaire ou de défense qui permet de gagner du temps.

Caractéristiques du jeu masculin

La différence essentielle à haut niveau est en terme de mobilité. Dans le jeu masculin il y a beaucoup de frappes qui sont sautées. Cela a une incidence sur la trajectoire car je prends le volant plus haut donc je suis capable de le rabattre de façon plus marquée ,le coup est joué en l'air et chez les hommes les intentions sont plus sur l'augmentation de la vitesse de jeu avec des trajectoires prises plus haut et plus tendues ou descendantes.

La force est liée avec la vitesse, ;les hommes cherchent à taper fort et de prendre le volant en l'air réduit le temps disponible pour l'adversaire et ça augmente des possibilités d'atteindre des zones plus en avant. Donc c'est un jeu efficace mais qui nécessite des qualités physiques, détente organisation en l'air… cela reprend les qualités de coordination. La puissance quand je suis en l'air vient essentiellement de la rotation de l'avant-bras. Ils sont capables d'accélérer le volant sur une coordination restreinte. Ça empêche l'adversaire de prendre des infos. Les trajectoires sont plus fortes et plus rapides et il y a un souci de recherche de vitesse. Dans le fait de prendre le volant tôt et donc de jouer plus vite mais aussi plus fort ce qui est lié. La capacité à jouer de face et à monter est plus fréquent chez les hommes. Les garçons et les filles savent tout faire à haut niveau.

Caractéristiques du jeu féminin

chez les femmes on est plus sur une problématique d'espace. On cherche a débordé mais en jouant sur l'espace du

terrain. Il y a des postures de réception de service qui apparaissent spécifiquement chez certaines joueuses de niveau début de classement et qui ne sont pas bonnes, c'est la position d'attente avec la raquette levée ce qui n'a aucun intérêt, car si elle sert court en face je perds du temps à abaisser ma raquette. Mais en mixte avec ce geste la fille est dans l'incapacité de jouer sur le revers haut.

La maîtrise technique est identique. La grosse différence se retrouve dans la mobilité peut-être en terme de rapidité de dissociation, de coordination.

Et pour la prise d'infos ? c'est difficile à dire.

Le double mixte : particularités

En double c'est pareil. Il n'y a qu'en double mixte où le rôle de la fille et du garçon sont différents. Il y a une répartition des rôles sur le terrain qui est différentes. La fille lorsque je suis en position d'attaque favorable la fille est devant et le garçon derrière, le fille devant joue l'interception rapidité, et derrière le garçon ; c'est le garçon qui couvre mieux l'arrière par ses capacités physiques prend le volant plus tôt est capable de smasher en sautant et la fille plutôt par ses qualités de vivacité au filet d'interception. Au plus haut niveau il arrive que la fille se retrouve à l'arrière. En mixte les filles sont devant en situation d'attaque. Elle ne doit pas se retrouver derrière le garçon. C'est une des seules activités ou il y a un mixte et qui montre une différenciation assez marquée. Ces joueuses de double sont spécialisées dans le jeu mixte.

Au niveau historique et sociologique du badminton

C'est une activité récente elle s'est développée dans les années 80 et s'est massifiée à partir des années 90. il y a 20% d'augmentation de licenciés par an. En pratique loisir c'est équilibré entre les hommes et les femmes. Mais en pratique de compétition il y a beaucoup plus d'hommes. Les pratiques dans les MJC ne sont pas décomptées. Par contre il y a un grand taux de renouvellement des licenciés d'une année sur l'autre. Certains clubs privilégient le niveau compétition. Historique :il y a différentes sources possibles avec les jeu de volant mais l'activité récente a été rapportée des colonies anglaise et est venue d'Angleterre par Dinard qui était une ville de cure où les anglais jouaient à ce jeu. Au niveau social c'est plutôt les classes moyennes employés... il faudrait appuyé cela.

Au niveau scolaire : un garçon peut jouer placer ou fort. 88 les stages de FPC sont arrivés dans les années 93 il y en a eu de plus en plus. Le succès de l'activité est du au confort pédagogique. On a des formes d'organisation qui favorisent le jeu ludique et qui font que l'enseignant intervient peu sur les élèves. la montante descendante a beaucoup de succès, elle permet à chaque élève d'avoir un espace assez important, il y a peu d'interactions entre les élèves sur le terrain, il y a peu d'espace de circulation se qui fait que les élèves sont amenés a peu se déplacer, sauf au moment des changements de terrain et c'est là qu'il y a souvent une petite zone de flottement que l'enseignant doit gérer et le prof donne peu d'infos au joueur pendant qu'il joue. En fait la majorité des infos sont données quand on arrête le jeu et qu'on réunit les élèves, il y a des consignes en groupe et après on repart sur une autre situation. Cela vient aussi du fait que l'enseignant a du mal à se déplacer entre les terrains. Le déplacement est plutôt en périphérie et cela réduit la possibilité de délivrer les feedback. C'est aussi le fait de pouvoir faire jouer tout le monde, tout le monde est en activité et le temps de pratique est suffisant.

En terme d'enseignement il y a plusieurs tendances

1er paradigme : technique ce sont souvent des profs qui sont dans le milieu du badminton et qui donnent des techniques précises.
2ème paradigme c'est celui des cibles, il est dominant. Viser des cibles, ça a un intérêt sauf que là la cible est définie par avance (zone à 3 points) c'est important de jouer coté revers et d'atteindre ce coté parce que un revers en badminton c'est difficile à faire. La il y a un coté décisionnel mais j'ai le temps puisque c'est une permanence. C'est des principes tactiques.
3ème paradigme tout ce qui est par rapport aux caractéristiques de l'adversaire, à son positionnement au rapport de force est un paradigme minoritaire mais qui est mis en avant surtout dans les textes au lycée, mais il pourrait l'être aussi en collège parce que tout cela dépend du nombre de paramètres sur lesquels on va l'évaluer. Les aspects stratégiques caractéristiques de l'adversaire, points forts, points faibles sont peu enseignés et leur enseignement est relativement récent. Ce qui est pris en compte en premier c'est le positionnement de l'adversaire ensuite c'est le déplacement et enfin c'est la posture. Qu'est-ce qui au niveau postural me permet de dire qu'il est en retard ? c'est le fait qu'il ait le coude vers le bas, je vais frapper en dessous de la ceinture donc je suis en retard.
En club il y a des approches technicistes et d'autres qui sont sur l'aspect ludique. La question du rapport de force apparaît peu. A haut niveau ils vont faire beaucoup de renforcement des qualités athlétiques, avec du jeu en shadow et de la pliométrie. Les stages départementaux sont en groupe mixte, mais une cadette va jouer avec un minime garçon.
Selon l'origine de l'enseignant on a des entrées différentes : un enseignant fait peu de travail en jonglage alors qu'un BE si car il met l'accent sur le point clé qui est la rotation de l'avant-bras, donc on a des formes de mises en œuvre différentes.
Technique : rotation de l'avant bras…
Tactique : zone cible, prise en cpte de l'adversaire
Stratégie : points forts, points faibles, gestion du score.

SPECIALISTE DE HANDBALL

Cours théorie handball. De Patrick Veysseyre. 2003/2004

(UFRSTAPS Clermont-Ferrand)
A- HISTORIQUE :
1° Les origines : Elles sont assez mal définies, cependant plusieurs jeux sont incontestablement des précurseurs du handball.
L'Azena, mis en place en 1892 en Tchécoslovaquie par Joseph Klender.
Le 'haandbold' au Danemark. Jeu surtout scolaire en 1898, un instituteur Hoger Nielsen.
Le Torball (balle au but) en Allemagne. 1915, jeu pour les femmes. 1920 Adaptation du Torball pour les hommes.
A la fin de la première guerre mondiale, les entraîneurs allemands d'athlétisme cherchent une activité sportive hivernale moins virile que le football et le rugby. Ils imaginent alors un sport collectif se jouant sur un terrain de football et permettant d'utiliser les courses, les sauts et les lancers. Le handball à 11 est né. 1915, Cart Schellenz professeur à l'E.N.S.E.P. de Berlin. La zone passe de 11m à 13m, puis revient à 11m. 1° règlement officiel en 1917.
2° Les origines en France :
1932 Apparition d'un HB travailliste en Alsace et en Franche-Comté (FSGT ET

USGT).
1935 FFHB à Metz. France-Luxembourg à Metz (l'équipe de France, dix joueurs, hétéroclite).
1937 Paris, Jeux universitaires Mondiaux de HB à onze.
1938 O.S.U. Championnat de France.
1941 Création de la FFHB. 1er Championnat de France. 650 Licenciés en zone libre et 525 en zone occupée.
De 1952 à 1986 Le France est dans les championnats du monde B ou C.
1986 La France en Féminine participe au championnat du monde A.
1989 La France en masculin se qualifie au championnat du monde A.
2001CMA (France). France masculin 'Or'.
2003 CMA (Croatie). France féminin 'Or'.

B- LE REGLEMENT :

Il est déterminé par le code de jeu. Celui-ci donne les informations nécessaire sur la surface de jeu et son environnement matériel (tenue des joueurs, ballon, banc des remplaçants, etc.). Il définit les modes d'utilisation du ballon, les modes de relations entre les joueurs ainsi que les rapports de force et l'établissement d'un résultat. Il commente les règles du jeu et explique le rôle des arbitres. L'échelle des sanctions est comprise dans le règlement.
Les règles d'un jeu évoluent continuellement, après chaque olympiade ou championnat du monde.
La règle signifie des comportements possibles ou impossibles. Mais il y a des espaces de liberté.
Dans un match de handball il y a en moyenne 300 infractions pour 60 minutes de jeu. Environ 100 sont sanctionnées par les arbitres.
La conduite envers les joueurs, le respect de l'intégrité physique des joueurs est essentielle.
La gestion du contact entre les joueurs, la règle du marcher et la validation des buts sont les règles premières.

C- ASPECTS PHYIOLOGIQUES :

Le handball appartient aux sports à efforts intermittents.
Il présente en toile de fond un travail aérobie. Mais il utilise aussi toutes les filières énergétiques.
Etudes lors des rencontres de handball :
La fréquence cardiaque des joueurs est comprise en 80% et 100% de leur fréquence cardiaque maximale durant toute la rencontre.
Les actions intenses durent 3 à 4 secondes en moyennes, mais sont toujours inférieures à 10 secondes.

D- SENS, SIGNIFICATION ESSENTIELLE :

C'est un sport collectif de coopération et d'opposition.
Paradoxe. On joue sur un fond de coopération pour pouvoir s'opposer (respect du règlement par les deux équipes).
GOIRAND : « au handball, c'est le contact corporel qui définit l'enjeu central de l'affrontement ».
L'origine, la balle au but. Il s'agit donc d'emmener le ballon à proximité de la cible adverse pour pouvoir marquer.

E- DÉFINITION DE L'ACTIVITÉ :

Sport d'équipe et d'opposition en espace inter pénétrés, dont le but est d'atteindre en se transmettant un ballon, une cible verticale protégée, située en dehors des limites du terrain.

F- CHOIX DE L'ACTIVITÉ HANDBALL À DES FINS D'ENSEIGNEMENT :

C'est un jeu rapide, proche des attitudes de terrien. Jeu manuel et perturbant peu l'équilibre de déplacement du joueur.
C'est un jeu facile, la balle est petite. On court. Le règlement est peu contraignant. Il y a beaucoup de buts. On peut bouger librement avec ou sans ballon.
C'est une activité relativement simple. On peut jouer facilement dehors. C'est une activité foncière. Le handball accepte plus facilement la maladresse

ou les problèmes de motricité. Pour pratiquer les conditions matérielles de terrain et de but sont peu contraignantes. On peut facilement adapter des points du règlement. PAOLINI Michel la définit comme une activité athlétique et turbulente.
Espace le plus important en salle (800m2) (57m2/joueur) (Basket 36m2/joueur).
Un espace particulier la zone devant le but. Appelé « zone » ou 6m.
Le système de relation entre les joueurs est plus facile. L'orientation partenaires, porteur de balle et cible offre plus de possibilités que dans les autres sports collectifs. L'espace de coopération et d'opposition est interpénétré.
Notion importante de corps obstacle. On a le droit de barrer le chemin de l'adversaire porteur ou non du ballon. Le contact est autorisé dans la mesure on l'on ne se sert pas de son corps comme un projectile.
Plus large au niveau temps/espace. Possibilité de garder la balle trois secondes dans les mains. On peut attraper la balle en déplacement et dans différents secteurs.
Marquer le plus de buts que l'équipe adverse. Tir sur une cible gardée dans un espace protégée.
Il y a jeu parce qu'il y a enjeu (score) mais aussi la possibilité de perdre ou de gagner. L'alternance des buts et l'écoulement du temps peuvent entretenir la suspense et l'incertitude du jeu du début à la fin.
L'individu s'émeut quand il se meut. Le vécu affectif est important tant la proximité des corps est importante. Le milieu est en perpétuelle mouvance.
C'est un champ d'expériences, le jeu est dédramatisé (de la vie réelle) mais il est sur dramatisé (par l'implication de sa personnalité dans ses profondeurs) (imaginaire, battre le méchant, la suspension, l'effort dans la sueur, le sens de l'équipe) (aspect psychologique, statut du joueur sur le terrain, le rôle du tireur, du gardien, etc.) (Psychanalyse, pulsions de vie et de mort, de destruction et de résurrection).
Le jeu n'est pas qu'une promenade paradisiaque, il y a affrontement et remise en cause de sa propre personne.
Le jeu devient une jungle où l'enfant éprouve cruellement dans son corps le pouvoir des autres et sa propre faiblesse.
Le jeu, plus dur que le conte (projection mentale), dans le jeu, il vit les personnages dans son propre corps.
Cela tourmente et enchante l'enfant (ou l'adulte) ; c'est la source de plaisir du jeu. L'incertitude du résultat ou des actions. En réalité le maître du jeu, ce n'est pas le maître, mais le jeu.
Le jeu est une motricité en création. Il faut laisser du jeu dans le jeu (voir les règles).
La progression se fait jusqu'à la cible, puis « zone butoir », l'attaque et la défense dans un engagement frontal à plat. Pas de retour en arrière (confuse défense de zone, Bayer). Le jeu se sclérose.
L'espace de jeu effectif se limité à la largeur terrain de tennis et au 12M.
On entoure la défense et on défend un but.
On perd le ballon et on revient à sa zone pour défendre.
On tir dans le but comme on vise une cible.
Les lignes avant et arrière joue à plat.
Chacun respect son poste dans toutes les phases du jeu.

LA DIDACTIQUE DU HANDBALL

I Les aspects fondamentaux du jeu de handball :

1°- Le jeu est entaché d'un score. Il y a un objectif concret. (Précision, efficacité, évaluation).

2° -Le jeu est soumis à une règle de pression (affective) (défenseur) (contrainte temps) (contrainte temps/espace). La règle de pression

détermine un rapport de forces (oppositions contradictoires).
3°- Le jeu se joue sur un espace orienté (lignes du terrain, zones, et but dans l'axe central). Il y a des repères spatiaux, lignes de 9m, ligne des 6m, etc.
4°- Le jeu comporte des signaux clairs, le plus souvent ce sont les coups de sifflets ou gestes de l'arbitre. Un code peut exister entre les joueurs, schéma d'attaque ou de défense. Signes particuliers propres à l'activité handball. Annonce des numéros, bras levés, etc.
5° - Le jeu incite en permanence des changements de rôles ou de statuts. Il y aussi des sous rôles (appuis, soutient, aide, bloc, etc.). Il y un enchaînements dans les statuts, rôles, sous rôles et tâches. Le règlement détermine le plus souvent les types d'actions. Mais il y a aussi des espaces de liberté entre ce que signifient les règles. La contribution de l'entraîneur, du technicien devient importante. Il ne suffit pas de connaître le règlement pour bien jouer. Il y a un sens des actions, une lecture particulière du milieu à faire.
6°- Le jeu en permanence permet des choix et des prises de décisions. Il y a pratiquement toujours des alternatives. La prise de décision dépend toujours du contexte « le contexte utile à l'action ».
7°- Le jeu respecte un principe de densité. Il doit y avoir un encombrement suffisant sur le terrain. Les systèmes d'attaque et de défense jouent sur cette idée (création de surnombre dans un espace localisé, etc.).
Savoir jouer au handball :
Ce n'est pas faire des passes à 2 face à face.
Ce n'est pas tirer au but sur un gardien qui n'en n'est pas un.
Ce n'est pas défendre uniquement à la zone.
Ce n'est pas reproduire des rubriques du jeu.
- C'est être capable de faire des passes en situation mouvante.
- C'est, tirer au but en rentrant en duel avec le gardien.
- C'est avoir comme principe de défense de récupérer la balle le plus tôt possible.
- C'est créer du jeu dans l'instant.
Le joueur est capable de décider dans l'incertitude (Temps, Espace, Evènement).
Le joueur est capable de prévoir et d'anticiper des actions motrices.
Le joueur comprend le jeu (projet de jeu, tactique individuelle et collective, stratégie d'ensemble).
Le joueur est capable de faire un décodage sémio moteur des autres joueurs.
Le joueur est capable de s'exprimer dans un rapport d'interaction (attaquant/défenseur).
Le joueur est dans une démarche de recherche active de solutions à chaque instant du jeu.
4° Les adaptations du jeu :
Le jeu total avec arbitrage pédagogique. Recherche de certains effets.
Le jeu sur réglé, quelques règles viennent handicaper la défense ou l'attaque ou des joueurs.
Le jeu à thème, recherche d'un effet sur l'ensemble de l'équipe (être agressif, défendre à 100%).
Le jeu dirigé. Intervention de l'enseignant, apport de consignes précises.
Le jeu en nombre réduit, égalité ou déséquilibre numérique.
Le jeu sur espace réduit pour les joueurs.
Le jeu avec des attributions de tâches pour certains joueurs (défense individuelle, jeu en poste).
Aapprentissage et handball de la théorie à la pratique
En sports collectifs et en handball en particulier le lien entre la perception et la créativité est très étroit. Le plus souvent le joueur décide dans le

millième de seconde à partir d'une structure fonctionnelle (de l'expérience) qui le pousse à prendre une décision. Parfois, elle est très loin de la délibération mentale. De la réaction affective (le déséquilibre) à une action prenant en compte le contexte (lecture de celui-ci).

Pour la formation des jeunes enfants on a tendance à copier la formation des adultes, cela va entraîner une fossilisation de leurs extraordinaires aptitudes à l'invention motrice.

Le constat le plus fréquent et que l'on peut faire aisément est la disparition précoce de la dimension ludique et de l'étroitesse de la gamme des comportements moteurs à réaliser. Le plus souvent il s'agit de répéter des éléments de jeu dont la plupart des paramètres sont maîtrisés ou connus d'avance. Nous sommes dans la reproduction pas dans la création.

La position de l'enseignant est primordiale (risque de recherche d'un résultat immédiat et une gratification de la part des élèves). Il est nécessaire d'envisager la formation et l'éducation dans le temps (rôle du projet d'EPS) et de poser les bases d'une culture du sport collectif. On pourrait presque annoncer des étapes de propositions didactiques (investir l'espace de jeu, décider dans l'action, jouer en coopération, etc.) plutôt que de proposer des étapes de comportement à atteindre (risque de plus s'intéresser aux résultats qu'aux procédures pour y parvenir).

L'espace de travail ou de jeu est un espace à investir. En handball, l'espace de jeu est un espace phénoménal, on doit se sentir chez soi à n'importe quel endroit du terrain.

En voulant obtenir les comportements souhaités l'enseignant risque de faire une répression insidieuse des conduites exploratoires de l'élève au profit des démarches passives qu'entraîne une pédagogie de l'imitation. Ainsi, il ne s'agit pas d'imiter des comportements ou des gestes techniques, mais de donner l'occasion à l'élève d'explorer les possibilités de passes, de tirs ou de déplacements avec ou sans ballon. Il ne s'agit pas non plus de jeter un ballon et d'observer les évolutions, mais de proposer un milieu suffisamment adapté (pour certains paramètres) afin que l'activité de l'élève s'exerce librement (aspect décisionnel de ses intentions et actions), dans un cadre permettant des retours réflexifs sur ce qu'il a entrepris. L'enseignant aura tout le loisir plus tard de proposer des contraintes spatiales et temporelles à respecter. Pour l'instant c'est le milieu (contexte suffisamment signifiant ou règles spécifiques), qui influence les actions des élèves

Au niveau du discours, il est inutile d'apporter des informations précises pendant l'action. Il est nécessaire de faire la distinction entre une consigne d'objectif et une consigne d'exécution.

Seul l'objectif global donnera lieu à une consigne verbale (être vigilant). Plus l'action est précise moins il doit y avoir de consignes.

Par exemple : On ne demande pas à un joueur de se démarquer. L'astuce pédagogique consiste à induire des démarquages par rapport à l'ensemble des joueurs dans une situation. Par exemple en supprimant le dribble dans l'axe central (surface) et en donnant l'obligation de valider cinq surfaces sur six.

Les conditions structurelles de l'exercice ou du jeu, doivent induire les comportements recherchés, même à l'insu des joueurs eux-mêmes. On peut toutefois en privilégiant des calculs de points ou de scores emmener les joueurs à prendre conscience des procédures qu'ils ont utilisé ou des compétences techniques nécessaires pour réussir. Ce sont les contraintes des exercices qui devront améliorer tel ou tel aspect du geste. Il peut y avoir

des contraintes additives.
Problématique de l'évaluation en jeux sportifs collectifs et du handball. positionnement du problème :
1° La difficulté en sports collectifs est de déterminer les paramètres qui vont permettre d'identifier la performance ou la maîtrise du joueur. Le joueur est inclus dans un système qui ne dépend pas toujours de ses propres actions. La logique du jeu impose une coopération dans l'action. La question fondamentale, peu-t-on proposer une note d'équipe. Les textes précisent que la note est individuelle.
2° L'acte moteur est un tout. Quels sont les éléments qui vont me permettre d'isoler une action est de la rendre compréhensible dans un équilibre impossible en l'action du joueur et les influences des autres joueurs attaquants ou défenseurs. L'action du joueur est toujours en relation ou dépendant du niveau de coopération ou d'opposition.
3° La prise en compte d'une action doit s'inscrire dans un niveau général de jeu. Une simple comptabilisation des buts ou des actions sur un ratio ne peut être indépendante du contexte de jeu au moment de l'action.
4° La notion de performance s'accorde avec une norme. C'est de l'ordre du constat, le plus souvent il y a trace d'un résultat (exemple : nombre de buts ou de passes). Un chiffre ou le résultat positif ou négatif de l'action peuvent être pris en compte d'une façon numérique. Traduction des actions en résultats chiffrés. Le jeu détermine alors des procédures identifiables à partir des règles du code d'arbitrage ou de la situation de référence.
5° La notion de maîtrise s'accorde avec l'activité déployée par le joueur. Elle est de l'ordre de l'appréciation pas de la mesure ou de la quantification. De quelle manière le joueur utilise les règles ou l'opposition pour produire des actions contrôlées et efficientes. Il y a en quelque sorte une identification d'une constance dans un comportement. Le joueur reproduit la même compétence dans différents secteurs du jeu.
La performance : c'est la prise en considération du résultat brute d'une action. Peu importe les moyens.
La maîtrise : c'est la prise en considération des moyens utilisés pour réaliser l'action.
6° Les contraintes en sports collectifs :
Il n'y a pas de mesures immédiates, déroulement et enchaînement des actions. Rapidité du jeu. Combien de critères un seul observateur peut-il prendre en considération.
La performance en général ne laisse pas de traces visibles, il n'y a pas d'empreintes, de chronométrage des actions.
Le milieu est en perpétuelle mouvance et les rapports de force change en permanence.
Nous avons quatre paramètres fondamentaux : L'espace, le temps, les types de relations, le rapport de force.

SPECIALISTES DE GYMNASTIQUE

Entretien avec P. Goirand, 26 juin 2003

(UFRSTAPS Lyon)
En gymnastique pour savoir si c'est un enseignement masculin féminin ou mixte.
La gymnastique c'est le même geste qui alimente la technique.
Ou bien vous faites une analyse descriptive des enseignements ; moi je suis sur l'approche didactique pas sur l'approche psychosociologique. Fondement des choix didactiques, à identifier, on les connaît. On sait que le sol est privilégié dans l'enseignement

de l'E.P.S. en gymnastique, il y a une raison pour ça. Le sol c'est facile à installer, parce que l'installation c'est un lourd handicap en gymnastique. Par conséquent dans la conception que les enseignants ont du sol, parce qu'on pourrait très bien envisager le sol avec de l'appareillage. Et culturellement, historiquement le sol c'est ce qui fonde la gymnastique, c'est la préparatoire à la gymnastique d'application qui était les agrès. Donc il y a tout une culture de type professionnel de la gymnastique qui donne au sol un statut particulier, une fonction particulière. Revenir à la gymnastique au plancher qui était la partie formation de la leçon éclectique de la méthode française. Les asymétriques sont venues plus tard, les femmes faisaient des parallèles, il y avait des agrès qui ont disparu. Il y a aussi des raisons techniques pour le choix du sol. Comme historiquement il y a un appareil de base qui est le sol, il y a des techniques soi-disant de base. C'est ce qui est travaillé au sol prioritairement l'appui tendu renversé, les dérivés et les rotations élémentaires surtout les roulades. Est-ce qu'aujourd'hui on peut toujours dire que le sol est un agrès de base, non, c'est un agrès comme un autre dans les pratiques sociales qui est d'ailleurs maintenant une surface élastique, donc entre le sol et le trampoline c'est qu'une question de dimension et un peu d'élasticité. Qu'est-ce que sont les techniques, , il n'y a pas de techniques fondamentales, il y a une base de la technique. L'appui tendu renversé n'est pas une technique de base, il faut reprendre une problématique de la gymnastique au sens anthropologique, c'est à dire, à partir du moment où on a construit la station droite debout, on a joué avec la station droite debout, la gymnastique est une activité fondamentalement subversive. On a subverti la station droite debout, le jeu c'est l'avenir de l'homme, on dépasse ce qu'on a acquis par le jeu. La gymnastique c'est un jeu subversif. Quand on permet des choses inhabituelles donc pas permises habituellement les élèves d'une classe de 6ème perdent tous leurs repères et se perdent au plan de la discipline car si on se perd, on perd tout. Si on part de là et que l'on dit que la gymnastique c'est la socialisation de ce jeu initial, la gymnastique c'est aussi une activité de socialisation, de codification donc, tant que le petit enfant est dans le jeu fonctionnel de remise en cause agréable ou non de la posture droite debout, ça devient de la gymnastique quand il y a codification de ça. Donc la gymnastique c'est une activité de codification d'un rapport plus ou moins socialisé ou non à un appareil (le sol ou le gazon sont des appareils), vers quelles actions se tourne le jeune enfant pour jouer sur sa posture initiale, c'est se renversé (droit à l'envers, pédestre devient manuel, terrestre devient aérien, etc...) ce qui était fondamentalement vers l'avant à cause du regard devient dans tous les sens. Par conséquent on sait vers quoi tend l'activité spontanée de jeu de l'enfant lorsqu'on lui offre les opportunités d'appareil, les suspensions, les balançoires, les toboggans, les sauts en profondeur. (renversé, tourné, aérien, manuel) sur chacune de ces pistes on sait comment se construise progressivement la maîtrise du corps aérien par exemple, c'est ça les bases de la technique. L'appui tendu renversé n'est pas une technique de base, seulement savoir se tenir en équilibre sur les mains à l'envers ça nécessite certaines bases de la technique qu'il faut bien maîtriser.

Il y a des savoirs-faire qui sont distinctifs si on fait ça on est gymnaste. Les enfants veulent le faire parce que c'est gratifiant pour eux. Je vais donner un exemple dans un club de gymnastique masculin où il y a une

barre fixe, il y a ceux qui restent sous la barre fixe ils se balancent mais restent dessous et ceux qui arrivent à se rétablir sur la barre fixe, par engagé de jambe, crochet de jambe, bascule, etc. et c'est distinctif déjà, et après il y a ceux qui tournent autour de la barre fixe. Ça ce n'est pas référé au code, c'est un appel, tout comme quand on est sur la poutre il ne faut pas en tomber. C'est distinctif parce que ça nécessite une compétence. Peut-être aussi un certain culot.

La forme de travail en parcours est moins frustrante pour l'élève parce qu'il est plus longtemps en activité, mais est-ce que c'est plus ludique. Mais il peut être contraignant. C'est Carrasco qui l'a popularisé. Il avait un parcours polyvalent où toutes les actions de base étaient en succession. Et puis il y avait des parcours univalents. Les contraintes d'enchaînement quand on étudie un code, on doit faire le tour des familles, on retrouve un peu le parcours polyvalent mais dans la tonalité unique d'un agrès, c'est à dire que la barre fixe est un agrès de suspension prioritairement, les barres parallèles un agrès d'appui, le saut de cheval un agrès d'impulsion. On peut avoir des niveaux de socialisation différents pour une même forme de travail, c'est à dire plus ou moins d'importance accordée au code. On peut avoir des formes d'enchaînement où l'élève est libre des choix de ce qu'il met dans son enchaînement ; ça dépend du code construit pas l'enseignant donc du système de contraintes codifié. Il y a des enseignants qui chronomètrent le parcours, ils ne sont plus en gymnastique mais en athlétisme. La gymnastique est une activité de production de formes non expressives pour le différencier de la danse. On peut limiter le temps de la production de formes c'est dire on fait dans tel espace, selon telle durée.

Dans mon raisonnement il n'y a pas de différence entre les filles et les garçons étant donné que je pars du principe que c'est une activité pour jeunes enfants. Ensuite pour pouvoir être gratifié il faut avoir déjà un bagage qui permette de ne pas être ridicule. Les filles s'en sortent parce qu'elles biaisent en faisant des activités de type esthétiques assez simples à acquérir, des déplacements variés, avec des placements de bras mais ce n'est pas fondamentalement de la gymnastique, elles peuvent mettre dedans le grand écart ou les reins cassés parce que c'est distinctif pour elles. De quel droit l'enseignant peut-il dire que c'est beau ou pas si il n'a pas donné les critères il faut distinguer deux types d'esthétique (Leroy-Gourhan) il y a l'esthétique fonctionnel ce qui est bien réalisé de façon efficace habile, fluide, sans effort devient esthétique qui correspond à des critères techniques d'efficacité, et l'esthétique formel qui correspond à des canons d'esthétique qui sont très socialisés, très guidés par la dynamique sociale. Sur quel critère il se fonde, si on dit au gamin si tu tombes sur les fesses tu as la moitié de la note si tu tombes sur les pieds tu as toute la note, si tu restes sur les pieds avec un pas en avant ou en arrière on verra, ça c'est clair. Si on lui dit l'esthétique qu'est-ce que ça veut dire ? on n'en sait rien, et l'esthétique pour eux qu'est-ce que c'est ? quand on a dit on ne tolère plus les genoux écartés en gymnastique au salto c'est pour des raisons d'esthétique mais aussi de sécurité parce que tourner jambes écartées c'est plus facile que jambes jointes. Mais beau ou pas beau ?

Serré-tendu qu'est-ce que c'est ? ça fait partie des mythes techniques véhiculés par les enseignants. Pointes de pieds tendus, c'est le mythe de la gymnastique comme une activité parfaite, idée de rectitude, de moralement bien, c'est complexe du point de vue des valeurs qui sont

derrière. Mais c'est une erreur quand on est en suspension à la barre fixe, une des bases de la technique c'est de construire la verticale dessous, et pour cela on est dans une activité de balancers avant arrière, et les enfants présentent les jambes vers l'avant prématurément. Spontanément avec une petite amplitude, si on veut qu'ils construisent la verticale dessous, il faut accentuer l'apesanteur au passage sous la barre et pour l'accentuer il faut faire un fouetté. Donc même sans balancer il faut lui apprendre à fouetter sous la barre de manière à ce qu'il sente qu'à tous les coups il pèse plus lourd. Ça c'est les bases de la technique, alors que la technique de base c'est jambes tendues et serrées. C'est le simple mais correct.

Et l'idée d'acrogym ? ça envahit et remplace la gymnastique ou les activités artistiques, c'est la bonne à tout faire et comme c'est facile à mettre en place c'est mis à toutes les sauces, or c'est vieux comme la gymnastique, non seulement les pyramides, il y a encore des fédérations qui présentent ce type de travail au niveau international dans les Gymnaestrada, ce sont des productions acrobatiques artistiques au statut international souvent mixtes avec des matériels comme des sphères, ce n'est pas interdit pour les enseignants de se renseigner sur leur horizon culturel, c'est pas interdit de se référer à des pratiques sociales comme ça. La sphère est très intéressante à utiliser au niveau acrobatique, l'introduction d'accessoires est intéressante. Donc ce n'est pas nouveau, ça plait aux enfants d'autant que c'est collectif, et la production peut se masquer derrière le collectif. Ce n'est pas négligeable pour les adolescents, mais il faut s'en méfier parce que c'est un piège où chacun peut réussir avec ce qu'il sait faire et ne rien y apprendre. Dans certaines figures sur 4 filles il y en a 3 qui ne font rien de gymnique et une qui fait un appui tendu renversé qu'elle savait faire avant. Quel intérêt pour l'E.P.S. ? là il faut travailler sur un code de manière raisonnée avec les élèves, sinon ils reproduisent ce qu'ils voient dans la vie sociale qui est une pratique très ségrégative entre les sexes.

Dans l'évolution de la gymnastique sportive actuelle la création vient-elle des filles ? la gymnastique des filles s'est masculinisée, leur gymnastique est copiée sur celle des garçons, elle est essentiellement acrobatique, donc je ne vois pas une créativité spécifiquement féminine. Ils font la même chose, les sorties font les mêmes choses, au sol il n'y a plus de chorégraphie, les acrobaties sont de même nature. A mon avis les agrès pourraient être les mêmes pour tout le monde. En club est-ce qu'on demande la même chose aux filles et aux garçons ? il y a de plus en plus de babygym dans les clubs, les garçons et les filles sont séparés à partir du moment où ils vont faire de la compétition. A mon avis ils font toujours la même chose parce que la culture gymnastique est tellement fossilisée. Il faut voir comment ils assouplissent les gosses, et quel type de rapport ils entretiennent avec eux. Mais il faut faire une étude de contenu en allant dans les clubs parce que ça dépend des clubs et des fédérations. En gymnastique on ne joue pas on travaille. Et il faut travailler dur, il y à derrière la valeur d'exigence, la valeur de travail qui sont typiquement gymnique. Ça v très loin, ça va jusqu'à la souffrance parce que le travail c'est la souffrance par conséquent il faut intérioriser la souffrance. Ça va très loin comme base culturelle ; il y a des bases de la culture gymnastique qui sont très prégnantes en gymnastique et qui existent toujours, qui sont d'actualité. Il faut être obstiné, s'endurcir, obéir, se soumettre, l'enseignant incarne les exigences. Il y a des études qui ont été faites sur la gymnastique à Monceau les

Mines sur la famille Audin qui est une famille de gymnastes qui montrent…les sanctuaires gymniques étaient des sanctuaires ouvriers et il y a la même culture du travail, de l'application, du travail bien fait de la technique ouvrière, c'est une valeur ouvrière la technique parce que ces ouvriers manuels basaient leur compétence sur leur technique propre. Quand on était chaudronnier on représentait sa profession. On ne peut pas éluder ces problèmes quand on travaille sur la gymnastique.

Quand les élèves réclament l'attention de l'enseignant pour qu'il valide leur exercice est-ce que ça vient du fait que l'enseignant incarne les exigences ? oui, il faut légitimer le jugement. Les copains c'est important mais celui qui représente le jugement légitime, c'est à dire dans le système scolaire celui qui va décider de mon avenir, c'est l'enseignant. Parce que c'est une production de forme, il faut montrer. Une forme n'existe que lorsqu'elle est repérée, par quelqu'un d'autre, qui représente une valeur, il faut un témoin. Il faut construire le système qui va légitimer ce que je fais, tant qu'il n'est pas construit, il faut que je sois légitimé par quelqu'un a qui j'attribue ce statut, qui va me permettre de croire en son jugement. Mais quand on disait tout à l'heure plus manuel, plus tourné, plus aérien plus renversé, il faut revenir sur la notion d'exploit. Jouer avec sa posture habituelle c'est aller vers un exploit. C'est se mettre à l'épreuve de soi-même de tester ses limites et si je réussis à maîtriser cette épreuve je fais un exploit. Si il y a exploit alors il faut que quelqu'un en soit le témoin, on ne fait jamais un exploit pour soi-même c'est toujours par rapport à un repère extérieur, à un repère social. On veut le faire savoir, il pense que ce soit enregistré par quelqu'un qui a une valeur, qui a un statut social, en qui on peut faire confiance. Là on est sur la culture gymnique. Ensuite il y a les bases de la technique ; prenons l'exemple de la maîtrise du corps aérien, le saut en profondeur, l'élève est sur la caisse et il saute en contre-bas il faut construire l'atterrisseur où il doit construire la zone de réception avec alignement œil, pied, tapis. Deuxième niveau il faut construire le planeur, l'apogée le moment où il reste en l'air avant de redescendre. Ensuite il faut construire l'acrobate, c'est à dire la figure, pour l'instant il n'y a pas de figure. Dès que les élèves connaissent ça ils peuvent faire n'importe qu'elle autre figure. Mais si on ajoute une rotation il faut que par ailleurs les enseignants doivent faire construire la giration.

Les bases de la technique ne sont ni féminines, ni masculines, mais les techniques deviennent masculines ou féminines à partir du moment où on les met dans un code masculin ou féminin. On les rend masculin ou féminin par la socialisation, par la codification.

Thèse à Toulouse sur l'analyse de pratiques en gymnastique sur un cycle de gymnastique avec un seul enseignant pourquoi fait-il ça ? l'enseignant est enfermé dans une logique.

L'E.P.S. en tant que discipline d'enseignement ne se jouera pas sur le genre des enseignants elle se jouera sur les contenus ou elle disparaîtra.

Les contenus ne sont forcément les mêmes suivant qu'on est un homme ou suivant qu'on est une femme. Il faut le démontrer. Qu'est-ce qui a le plus de valeurs socialement de ce qu'enseigne un homme ou une femme. Parce que l'E.P.S. est jugée sur la valeur sociale, à quoi on sert ?

Si on parle de gymnastique voilà ce que j'appelle gymnastique après comment entre dans la gymnastique, comment on fait entrer les élèves là-dedans ? on peut entrer différemment, il y a là certainement un mode d'entrée féminin

ou masculin. Après ce qui est enseigné réellement pourquoi y aurait-il un contenu masculin et un contenu féminin ? pourquoi cantonnerait-on les filles dans l'esthétisme et les garçons dans l'acrobatique ? est-ce qu'il y a des tendances, c'est autre chose, il y a la force aussi et la souplesse ? la gymnastique masculine est passée par des exercices de force, et les parallèles au départ c'était une succession de positions tenues : équerre, planche, appui tendu renversé monté en force ou non, ce n'était pas du tout acrobatique ou aérien au sens où on l'entend maintenant. Aucun des appareils n'était aérien, ça vient de la culture ambiante, de l'aviation, de…on doit être aérien maintenant. C'est très complexe, qu'est-ce qui influe sur les valeurs que portent une activité c'est très complexe, on est là sur une réflexion sociologique, philosophique.

A propos de l'entrée dans l'activité, L'entrée dans l'activité peut se faire par l'acrobatie, ils installent le trampoline, le saut de cheval, les sorties de barre fixe, les sorties de poutre et on entre par l'aérien. Ils y en a d'autres qui entreront quasiment par la chorégraphie, si ils n'ont pas de matériel ils font des productions au sol, marché, couru, sauté, sursauté, ce n'est pas des danses folkloriques, c'est une activité de production de forme, non expressive qui est à montré, évidemment on ne fait pas alors toute la gymnastique, il n'y a pas d'aérien, de renversé, d'accord mais on peut entrer par là. Il y a tous les ans au Lycée de Corbeil-Essonnes un bal des terminales qui est à base de pas marchés, courus, sursautés, à 2, à 4, à 8 avec des formations et c'est un succès monstre avec les élèves. Les gymnastes soviétiques quand elles sont arrivées dans la gymnastique au sol dans les années 1950, elles ont introduit leurs cultures folkloriques de manière magistrale, ça a complètement disparu.

Je trouve qu'il ne faut pas parler d'échauffement, un 6ème n'a pas besoin d'échauffement il n'a pas besoin de se réchauffer. C'est une vue de l'esprit, il faut le faire travailler sur des exercices simples de la base de la technique, si on veut que l'enfant devienne acrobate il n'a pas besoin d'être souple. Faire le bonhomme de bois. En étant tout raide il n'y a aucun effort à faire pour aller haut.

La gymnastique au sol c'était des exercices d'ordre c'est à dire de discipline, pour que l'enseignant ai la main mise sur la classe, c'était droit, garde à vous, c'était très militarisé. Donc collectif, il pouvait y avoir 100 élèves face à l'enseignant. Le nombre n'a jamais été un problème en gymnastique sauf à partir des agrès mais dans la préparation, la première partie il pouvait y avoir 3000 personnes. C'était très ritualisé, il y avait une découpe de la séquence qui était mobilisation bras, jambes, tronc, des sauts sur place. Il y avait une didactique très formelle, les enseignants savaient ce qu'il fallait faire, IO de 59, partie formelle, partie fonctionnelle, c'était des exercice de préparation qui mobilisaient les parties du corps les unes après les autres de façon à construire l'homme normal. C'est un travail sur les postures, c'est très formel. Nous, on met la culture en savoir, alors que les autres disciplines c'est de mettre en culture les savoirs, nous on est à la recherche des savoirs en E.P.S. mais on sait sur quelle culture mettre les élèves en activité.

Les barres asymétriques au départ c'était une poutre = barre basse avec un appui accessoire barre haute, c'était des barres parallèles, assez rigides, c'était des engins de déplacement, il y avait des exercices de déplacement sur barre basse avec un appui barre haute, on pouvait faire des exercices de déplacements marchés, tournés sur barre haute avec ou sans appui

exercice d'équilibre, ça a disparu. Les savoirs-faire les plus évolués aujourd'hui viennent de quelque part, si on reprend la chaîne historique de ces savoirs-faire on est sur des contenus très intéressants. Au lieu de prendre les savoirs-faire les plus évolués dans leur forme la plus évoluée on va chercher les savoirs-faire les moins évolués dans leur forme primitive. Ça peut donner une idée de progression didactique. Et la poutre ? c'était une poutre d'équilibre, ce ne serait pas étonnant de la voir évoluer comme le cheval qui est devenu une table de rebonds. Si la poutre est trop contraignante sa forme sera modifiée pour permettre de continuer de progresser dans les acrobaties.
Le cirque c'était très louche, alors que maintenant ça a des lettres de noblesse.

Entretien avec Philippe Roigpons
11 décembre 03

(UFRSTAPS Lyon)

La question au niveau scolaire c'est est-ce qu'on doit tenir compte de la différence entre les filles et les garçons ou ne pas en tenir compte ?
On s'interroge au niveau de la gymnastique fédérale sur les caractéristiques de la gymnastique masculine et féminine. Quelles sont les caractéristiques de la gymnastique sportive masculine ?
Pour la gymnastique masculine c'est la différenciation, le nombre d'agrès spécifiques il y en a 4 : fixe, semi-mobile, c'est plus que chez les filles, le sol et le saut de cheval sont deux agrès identiques, les arçons c'est un agrès à part c'est une rotation circulaire, les anneaux c'est un agrès semi-mobile, donc les parallèles c'est un agrès d'appui mais maintenant c'est aussi un agrès de suspension, et alors la barre fixe est un agrès de suspension ce qui donne une palette de compétences importantes donc la première conséquence c'est qu'un gymnaste est formé à 22, 23 ans alors qu'une fille est formée à 14 ans. Donc il faut 10 ans pour former une gymnaste et 15 ans pour former un gym. Dans les agrès, le code de pointage nous oriente et ce qui fait la grande différence entre les filles et les garçons c'est la force physique. Chez les filles elle intervient très peu, chez les garçons elle est nécessaire. Avec un bémol car maintenant on arrive à une spécialisation du gymnaste, ce qui fait que dans les compétitions il devait présenter les 6 agrès, maintenant c'est faux, donc très vite il y a une spécialisation où on différencie, les impulsions : quelqu'un qui va être fort au saut il va travailler pour 90% de son programme le saut, quelqu'un qui est fort en suspension et ainsi de suite donc ça change un peu les donnes et on peut gagner du temps maintenant à l'entraînement. Tout change actuellement et le gymnaste peut présenter le ou les agrès qu'il veut, il y a encore 8 ans l'équipe était fondamentale le fait d'avoir fait le choix de l'individualité par les finales par engins limite le poids de l'équipe, on ne peut pas faire l'économie des autres agrès elle reste la même jusqu'à 13, 14 ans la formation reste la même et la spécialisation intervient ensuite alors que chez les filles il est très rare de rencontrer une fille qui ne fait qu'un seul agrès. Pour les garçons on pense que les habilités motrices sont fondamentales et transférables et nécessaires aux caractéristiques du gymnaste acrobate. On est dans la construction de l'acrobatie. La diversification des agrès fait avancer le gymnaste acrobate, plus on travaille dans la diversification plus on devient acrobate, la spécialisation une des

limites pourrait faire que le spécialiste sur un agrès au niveau acrobatie, l'inconvénient serait que tu pourrais te perdre très vite, ça serait quelque chose de très sensible, maîtriser un agrès et le fait de rester la dedans et s'il venait à t'arriver quelque chose et le fait que l'affectif est très important la-dedans et bien tu pourrais tout perdre alors que la diversification amènerait à un élève acrobate, capable de mieux s'orienter dans l'espace et donc de gérer beaucoup mieux le problème de perte de figure ou de chose comme ça.

Par rapport aux habilités motrices la gymnastique masculine se caractérise par la force mais est-ce qu'il y a plus de rotations, de suspension... ?

Elle est forcément plus aérienne parce que la puissance joue un rôle important, et un peu plus acrobatique parce que ça va ensemble c'est à dire plus difficile et en l'air. Sans contact avec l'engin. On s'aperçoit que par exemple en sortie d'engin ou sur un lâcher de barre le gymnaste masculin évolue beaucoup plus haut que la fille mais ça c'est dû à la force physique mais aussi aux contraintes des engins et surtout aux structures des engins. Exemple barres asymétriques, barre fixe, tout les ressemble surtout que maintenant les filles passent entre les deux barres mais la seule différence c'est qu'il y a une barre qui est en bois et l'autre en fibre le gros avantage c'est qu'il y a moins de frottement, le diamètre plus petit alors que l'autre est plus gros il y a plus de frottements donc tu tournes moins vite et donc moins d'utilisation d'énergie et si tu tournes moins vite et bien tu montes moins haut et deuxièmement la barre fixe est beaucoup plus élastique donc il y a plus de renvoi donc objectivement la gymnastique masculine est beaucoup plus acrobatique.

Est-ce que l'enchaînement est fondamental dans la gymnastique masculine ?

Aussi bien dans la gymnastique masculine que féminine, en fait c'est ce qui va faire la supériorité d'un gymnaste. Tout réside la-dedans à mon avis c'est le mot clé de la gymnastique c'est dans la définition même de la gymnastique on doit enchaîner. L'enchaînement met en œuvre d'autres compétences que la réalisation même de l'élément. Parce qu'on doit gérer après l'aspect psychologique, affectif plus tout ce qui est automatisation. A partir de là ça a un coût important : comment faire ? Quelle est la mise en place de l'enchaînement ? Quel élément je choisis de mettre en 1er, en 2ème etc. Ensuite les liaisons sont très importantes elles définissent tout, pourquoi je vais faire le un et ensuite le deux parce que au niveau des liaisons c'est plus facile, ça me laisse plus de temps pour m'organiser. Le plus dur en gymnastique c'est le passage entre deux éléments. Leguet et goirand c'est eux qui en ont le plus parler au niveau de la gymnastique scolaire mais ça se retrouve à haut niveau. On peut très bien avoir des gens qui font des grosses figures mais qui ne feront jamais un enchaînement parce que infaisable dans un enchaînement parce que soit le coût émotionnel est trop important et dans ce cas c'est au détriment du reste, soit on le met à un moment où c'est trop tard et on n'a plus assez d 'énergie pour et en fait c'est très compliqué de construire un enchaînement et plus on va vers le haut niveau et plus l'introduction d'une nouvelle difficulté est plus longue. Et ça c'est toute le stratégie de l'entraîneur et ça c'est encore plus vrai pour l'élève.

L'enchaînement féminin ne ressemble cependant pas tout à fait à l'enchaînement masculin ?

C'est la même chose, la seule différence c'est l'aspect artistique, on dit gymnastique féminine ou gymnastique masculine artistiques mais la seule différence c'est le fait de

séduire par la chorégraphie qui est présente pour les filles qui joue un rôle important puisque le juge note avec l'œil. Quoiqu'on en dise on ne peut pas rester insensible à quelqu'un qui va te séduire soit par son acrobatie soit par sa valeur artistique. On peut prendre l'exemple de « Boginskaia » une russe qui a fait le Bolchoï qui avant un potentiel acrobatique relativement faible mais qui était parmi les meilleures à chaque fois par rapport à sa valeur artistique corporelle, tout ce qui est chorégraphique, par exemple que l'on ne retrouve pas chez un garçon , chez les garçons au sol quand on regarde la finale c'est vraiment les six meilleurs au niveau acrobatique. Il est rare que dans l'aspect chorégraphique on arrive à faire une différence chez les garçons alors que chez les filles elle est énorme. Ça se retrouve en scolaire et ça se retrouve aussi au capeps où la moyenne en gymnastique est de 2 points de plus chez les filles parce que justement grâce à l'aspect esthétique les filles s'en sortent mieux. C'est aussi pour cela qu'il y a plus de pratiquantes que de pratiquants en gymnastique. Je pense que l'image qu'on a en tant que parents c'est autour de la féminité dans la gymnastique et il suffit de reprendre l'historique des A.P.S. pourquoi on met sa gamine à la gymnastique c'est parce que ça correspond à un modèle qui a été vrai pendant longtemps même s'il l'est moins actuellement. Avant celle qui faisait de la gymnastique c'était pour être belle pour une histoire de moralité pour pas mal de chose.

Caractéristiques de la gymnastique féminine ?

Je reviens sur les agrès, on peut considérer que chez les filles il n'y a qui deux agrès : le saut, le sol et la poutre c'est la même chose au niveau des actions musculaires, par contre c'est au niveau affectif que se fait la différence surtout sur la poutre au niveau de la gestion de la peur. Autant on peut travailler au saut la réception en fosse et là on s'en fout autant la réception sur la poutre il va falloir la gérer soi-même très rapidement alors que cette même réception peut être évitée au sol et au saut par l'intermédiaire d'une parade par exemple mais une parade à la poutre à 1m25 c'est vite impossible et plus gênant qu'autre chose. Il faut savoir que pour des raisons de performances à haut niveau la parade à la poutre n'existe pas. Très vite on habitue les filles à travailler seules pour justement qu'elles arrivent à gérer leurs peurs et leurs angoisses alors qu'au saut et au sol la parade peut durer très longtemps. Techniquement il y a quelques différences mais quelqu'un qui est bon au sol est capable de changer quelques petites choses techniques et de s'adapter en poutre c'est pour ça qu'en ce moment la poutre évolue très vite et que l'on arrive à des séries acrobatiques impressionnantes. Et après il y a les barres asymétriques et on a souvent tendance à dire que les barres asymétriques font la gymnaste. C'est à dire que le plus différent c'est les barres asymétriques. Quand on va tester une gamine c'est très difficile de voir seul le sol et le saut parce que finalement ça va faire appel à des compétences physiques que tu peux développer par un travail de force et de souplesse alors que la barre asymétrique est un agrès de suspension où l'on travaille avec les mains donc complètement différent du bipède terrien et donc c'est là qu'au niveau détection on a tendance à choisir les barristes et là on est en contradiction parce que comme les agrès sont différents ça n'a rien à voir et pourtant c'est la bonne barriste que a plus de chance de devenir une bonne gymnaste. Comme au début on part sur le pôle général et pas dans la spécialisation on a tendance à choisir la bonne barriste parce que on sait que le

reste on va pouvoir le développer alors on choisit une bonne barriste avec les bons placements gymniques. C'est à dire qu'on va regarder très rapidement la souplesse car on sait qu'on peut l'améliorer, par contre on peut reconnaître quelqu'un qui est naturellement souple et on évite de sélectionner ceux qui sont très souples surtout les laxes parce que dans la complémentarité souplesse force on n'est pas gagnant, ça va être des mous et on essaye de choisir plutôt des gens de type explosif. Les placements gymniques au début il n'y a pas 36 trucs, on fait des rotations donc on va regarder si naturellement dans une rotation il se met dos rond, avec une tête rentrée, s'il se met dans cette position c'est généralement quelqu'un qui se repère bien dans l'espace c'est important parce qu'en gymnastique on va travailler sur la réalisation spatiale. 90% des éléments gymniques passent pas la position d'A.T.R. c'est pour ça qu'on dit que l'A.T.R. est fondamental parce qu'aussi bien au sol que sur les engins on le retrouve constamment. Alors pour ça on va regarder le placement du dos, on regarde si le gymnastique s'aligne naturellement ou s'il va compenser. Ce qui est important aussi c'est la suspension simplement on va voir si ils savent ce que c'est qu'un pendule. Après c'est là qu'intervient la différenciation : donc il y a la force (l'aspect explosif), la souplesse, les placements dans les rotations et l'A.T.R. et après on différencie les filles et les garçons. Chez les filles on va regarder sa posture : maintien, attitude ; comment elle se déplace, est-ce que naturellement elle va penser à être belle, est-ce que quand elle va marcher sur demi-pointes elle va faire plutôt attention à ses jambes (elle est sur : comment se déplacer activité morphocinétique) ou à son déplacement (elle est sur quel déplacement ? Activité de performance). Très vite on voit les filles qui sont orientées plutôt sur une activité de performance ou une activité esthétique. Chez les garçons on va regarder en plus les appuis manuels parce qu'on s'aperçoit que ce qui fait la différence dans les agrès garçons et filles c'est les appuis manuels aux anneaux, aux parallèles, à la barre fixe, on va les tester sur la façon d'être en appui, par exemple pour les arçons il faut être capable d'avoir des appuis hauts, donc petit test on va regarder s'il reste longtemps, s'il va dégager ses épaules, aux anneaux on ne regarde rien car on sait que le débutant n'est capable de rien faire, cet agrès il est tellement complexe et à haut niveau c'est 95% de force et 5 % d'élan. Donc inintéressant parce que la force on va s'en occuper. Par contre on va regarder aux barres parallèles c'est exactement le même problème qu'aux arçons comment il va se déplacer en appui et la posture sur de petit balancer, même chose à la fixe. Il ne faut pas oublier que les filles vont devenir performantes à 14 ans et les garçons beaucoup plus tard, donc on évalue aussi l'aspect affectif. Quelqu'un qui a du cran, on ne peut pas nier à un moment donné que celui qui est un peu fou fou celui qui est capable de se lancer plus que l'autre a beaucoup plus de chance que les autres. On s'aperçoit qu'il y a beaucoup de gymnastes qui adorent jouer avec le risque. Pour les filles qui vont être performantes à 14 ans il faut que le risque soit maximum parce qu'à partir de 14 ans elle va elle-même évaluer le risque. Avant elle ne l'évalue pas c'est un rapport entraîneur- entraîné où il est 100% entraîneur. C'est l'entraîneur qui décide de tout il n'y a aucune gestion de la fille. Ce rapport affectif est moins nécessaire chez les garçons parce que comme ils deviennent performants à 18 ans c'est eux qui vont gérer ce risque. Chez les filles on arrive à la haute performance et ensuite il y a la gestion

de cette performance , chez les garçons on met tout en place pour que le sportif devienne un haut niveau. Des études on été faites sur saint etienne montrent que des filles qui préparent le championnat du monde arrivent complètement crevées 15 jours avant, pourquoi parce que le programme elles ne le gèrent pas elles appliquent strictement ce que dit l'entraîneur, tu as 100 fois à faire tu le fais 100 fois tu en as 101 tu en fais 101. Chez les garçons c'est une discussion, parce qu'il est en age de le faire, il y a une auto-gestion, on va laisser le garçon choisir s'il n'a pas envie de travailler 15 jours avant la compétition on va le laisser faire parce que l'entraîneur…parce qu'il est en age de comprendre. Et on part du principe que la fille n'est pas capable de le faire. La fille elle est en période d'adolescence et cela greffe d'autres problèmes par exemple quand tu travailles sur la performance tu travailles sur un collectif et tu ne peux faire aucune différenciation. A partir de là une fille qui a 13 ans, 14 ans, 15 ans si tu fais une différence à 15 ans tu es obligé de la faire à 14 et à 13 ans parce que l'adolescence commence à 13 ans. Donc à partir de là c'est plus possible, les entraîneurs auraient envie d'écouter un peu plus mais ils auraient trop peur de perdre de leur importance et à partir de là … pour le garçon en fait à 14 ans il finit ses capacités générales sur les 6 agrès et il va commencer à se spécialiser. A 18 ans l'entraîneur sait que le gymnaste va lui répondre les problèmes sont alors différents. L'entraîneur donne les fondamentaux fait acquérir les figures donne un programme mais en même temps il y a une discussion qui va se faire, il va pouvoir parler avec le sportif , il va y avoir un donnant donnant qu'il n'y a pas chez les filles. Les rapport changent complètement mais plus tard.

Quelles caractéristiques historiques et sociales de la gymnastique ?

La gymnastique féminine a commencé début 20ème c'était essentiellement de la gymnastique artistique jusqu'en 1972, jusqu'à « Helga Corbut ». C'est une allemande, la première qui a fait un salto arrière sur la poutre et elle a eu 0. Parce que pénalisée parce que trop de risque. C'est pour ça qu'il faut revenir aux mentalités, les filles faisaient de la gymnastique pour être belle, pour avoir de beaux enfants, et parce que ça forgeait la jeunesse. Elles avaient le choix entre la barre asymétrique et les anneaux balançants un peu comme le trapèze et au sol et au saut c'était un minimum d'acrobaties. En 1972 c'est donc la première qui fait une acrobatie et à partir de là les mentalités ont changées. A la suite de 1968 on s'est dit la femme est l'égale de l'homme et donc pourquoi l'acrobatie serait réservée aux hommes et pourquoi pas aux femmes. Et là c'est l'apothéose en 1976 avec « Commanecci » où elle n'a eu que des 10 parce qu'on était encore ancré sur le beau mais en même temps on commençait sur le difficile et elle on a estimé que c'était extraordinairement beau et extraordinairement difficile. Donc le pari était gagné comme quoi on pouvait faire et beau et difficile. Pourtant son programme n'était pas très fort, c'est la période qui veut ça. La gymnastique féminine a donc complètement changé d'orientation mais en conservant l'aspect artistique. Le nom de « Nadia Commnecci » a failli entrer dans le dictionnaire « nadiesque » ça ne devait pas vouloir dire acrobate mais ce qu'il y a de merveilleux à réaliser. Donc en même temps elle avait vraiment lié les deux, les juges ne pensaient pas que c'était possible de faire en même temps beau et difficile. Et elle a montré qu'en gardant les mêmes valeurs, grâce, beauté, on pouvait ajouté l'acrobatie et cela a énormément plu et à partir de 1976 la gymnastique féminine a progressé beaucoup plus que la

gymnastique masculine. C'est vrai que pour les barres asymétriques on garde la spécificité de la barre du bas mais 70% des filles passent entre les deux barres corps tendu. Après au niveau des conceptions pourquoi c'est plus facile pour une fille de faire de la gymnastique et pourquoi il y a beaucoup plus de filles gymnastes que de garçons parce qu'une fille en 3 ans elle va progresser beaucoup plus vite par rapport à ce qu'on a vu tout à l'heure sa courbe de progression est exponentielle. Un garçon avec le même nombre d'heures d'entraînement a un plus grand nombre de compétences à développer il progresse moins vite. Ça attire moins les garçons il n'y a rien de pire que de répéter les fondamentaux. La détection chez les filles c'est entre 5 et 7 ans et chez les garçons c'est plus tard car il faut qu'il accepte de perdre du temps pendant 5ans pour en gagner (performant) 5 ans après. Par rapport à force souplesse placement, la souplesse appartient aux filles et il faut trouver des garçons qui veulent bien travailler la souplesse. Ils veulent faire de l'acrobatie mais pas de la souplesse. En combat la souplesse est intimement liée à l'efficacité. C'est faux en gymnastique où la souplesse n'apporte quelque chose de plus qu'à un niveau maximum, mais on peut la remplacer par de la vitesse de rotation comme par exemple dans un salto. Et en gymnastique elle est généralisée à tout le corps. Tout doit être souple et en plus les garçons sont plus difficiles à assouplir donc ça veut dire plus de douleur pour moins de compréhension de son usage c'est pas évident, au début le garçon pense que ça ne lui sert à rien. Une fille va penser que ça lui sert à être jolie c'est dans ses représentations. La fille va être axée sur l'artistique et le garçon sur l'acrobatique alors que la formation de départ est la même. La formation paraît plus adaptée à une fille au début qu'à un garçon. Il y a ensuite une histoire des mentalités régionales. Historiquement les gens du nord sont très forts là-dessus parce que pour eux le travail c'est très important. C'est pour ça qu'il y a beaucoup de clubs filles et garçons dans le nord. Les parents sont 100% avec l'entraîneur. Les filles elles bossent comme des fourmis elles sont très volontaires.

L'acrogym marche bien à l'école parce que les garçons s'y retrouvent mieux , ils sont plus en réussite, les repères spatiaux sont plus faciles à prendre. Il vaut mieux programmer l'acrogym en 4ème, 3ème

Les filles sont plus sur l'esthétique et les garçons sur la mise en scène. Pour les enseignants c'est plus facile l'acrogym parce que les élèves gèrent eux-mêmes une part de la sécurité avec aide, parade. Après c'est plus facile de faire un cycle de gymnastique parce que les élèves et l'enseignant ont déjà ses habitudes et cela libère l'enseignant du stress sécuritaire, il n'est plus obligé de courir partout de tout gérer.