

**D'UNE CLASSIFICATION EMOTIONNELLE  
DES SPORTS  
A  
UNE PROGRAMMATION DES APSA**

Philippe Gagnaire

François Lavie

Professeurs d'EPS

# Préoccupations

- Pourquoi remarque-t-on un désintérêt progressif des élèves en EPS ?  
(A. Davisse et C. Louveau, JP Colin, S. Deslaurier)
- Pourquoi dit-on que les élèves sont des éternels débutants ? Peut-on (ou faut-il) parler d'échec scolaire en EPS ?  
(D. Delignières)

# Constats

- Des tendances sociales nouvelles (A. Loret, O. Bessy, C. Pociello, B. Lefèvre, G. Lacroix)
- Un désir unanime des jeunes pour leurs loisirs (P. Parlebas)
- Des besoins différenciés selon l'âge et le **SEXE** (Groupe « plaisir » AEEPS)

# Sport et EPS

- La dimension compétitive est trop valorisée, et trop tôt, au détriment d'autres dimensions (symbolique, historique, ...)
- La dimension émotionnelle du sport n'est pas suffisamment prise en compte (didactisme, orthodoxie scolaire)

# 3 principes

- Classer les activités sportives selon leur essence émotionnelle
- Mieux cerner les attentes émotionnelles des élèves en fonction de leurs caractéristiques
- Programmer les APSA de façon à faire vivre des expériences émotionnelles variées et complémentaires

# L'essence émotionnelle des sports

## ● Formes et significations de l'évènement

- ✓ L'épreuve
- ✓ Le défi
- ✓ La rencontre

## ● Modalités d'obtention de la victoire (G. Bui-Xuân)

- ✓ La mesure
- ✓ Le score
- ✓ La conformité

# Classification émotionnelle des sports

	L'épreuve	Le défi	La rencontre
Activités de mesure	Escalade naturelle Descente en raft	Athlétisme compet Canoë-kayac Ski de descente Cyclisme	Footing Roller (randonnée urbaine)  Cyclotourisme
Activités de score	Escalade (SAE) Acrobranche	Football Judo Squash	Jorkyball Judo « randori » Squash loisir
Activités de conformité	Snow-board pour soi	Gym sportive Ski artistique	Danse, cirque artistique Ju-Jitsu

# L'épreuve

## ● Définition

Activité sollicitant fortement l'imaginaire (univers féerique ou infernal) d'un ou plusieurs individus et induisant une forme de dépassement de soi.

Dans l'épreuve, c'est l'exploit par rapport à soi ou aux yeux des autres ou qui prime.

## ● Exemples

Principalement les APPN mais aussi certaines activités artistiques comme le plongeon, l'acrosport ou la natation synchronisée ...

## ● Emotions générées / plaisir éprouvé

La peur, l'angoisse, mais aussi l'euphorie, la fierté, etc.

Le plaisir est lié à la sensation d'un surpassement de soi, mais également à un sentiment de maîtrise de son corps.

# Le défi

## ● Définition

Activité mettant en concurrence, de manière directe ou indirecte, immédiate ou différée, des individus ou des groupes aux intérêts antagonistes

Dans le défi, c'est la victoire qui prime.

## ● Exemples

Sports de raquette, sports de combats, sports collectifs ...

Sprint, course de fond, courses cyclistes ...

Les concours de golf, d'athlétisme, hippiques, les courses contre la montre ...

## ● Emotions générées / plaisir éprouvé

La déception, la consternation, l'exultation ou la jubilation sont des émotions couramment associées à la défaite et la victoire.

Le plaisir est attaché à un sentiment de puissance, de domination.

# La rencontre

## ● Définition

Activité favorisant l'association d'individus autour d'un projet commun qui n'est pas en priorité la victoire ou l'exploit. Dans la rencontre, c'est la convivialité et le jeu qui priment.

## ● Exemples

Cyclotourisme, tennis-loisir, aérobic, ...

## ● Emotions générées / plaisir éprouvé

Cette modalité de pratique favorise la générosité, la compassion, l'amitié ou le respect.

Le plaisir ressenti est alors celui de la communication, du don de soi et de l'empathie. C'est le plaisir d'être et d'agir ensemble.

# L'essence émotionnelle des sports

## ● Formes et significations de l'évènement

- ✓ L'épreuve

- ✓ Le défi

- ✓ La rencontre

## ● Modalités d'obtention de la victoire (G. Bui-Xuân)

- ✓ La mesure

- ✓ Le score

- ✓ La conformité

# Activités de mesure

## ● Définition

Dans ces activités, ce sont le chronomètre, le décamètre ou la balance qui règlent la victoire (ou témoigne d'une réussite relative). Ce sont donc les capacités physiques et physiologiques individuelles qui priment.

## ● Exemples

L'athlétisme, l'haltérophilie, mais aussi l'alpinisme (lorsqu'il s'agit d'enchaîner plusieurs sommets dans la même journée), ...

## ● Emotions générées / plaisir éprouvé

Elles sont plutôt dans le ressenti corporel et le plaisir éprouvé est lié à la libération énergétique, à l'optimisation de ses propres ressources.

# Activités de score

- Définition

Dans ces activités, c'est l'aboutissement d'une comptabilité progressive qui détermine la victoire ou le succès. La stratégie et la tactique sont alors prépondérantes.

- Exemples

Les sports de combat, les sports collectifs ou encore le golf, ...

- Emotions générées / plaisir éprouvé

Une pluralité d'émotions positives (jubilation, euphorie) ou négatives (déception, humiliation) selon l'évolution du score. C'est la victoire et la manière de l'obtenir qui procure du plaisir.

# Activités de conformité

## ● Définition

Dans ces activités destinées à être vues et/ou appréciées c'est la conformité à un modèle représenté, à un code préétabli ou implicite qui discrimine les concurrents

## ● Exemples

La gymnastique, le snow-board ou le hip-hop, ...

## ● Emotions générées / plaisir éprouvé

Donner à voir, communiquer, partager engendrent un flot d'émotions et induisent plutôt un plaisir esthétique, un plaisir de maîtrise du geste et de contrôle de soi.

# Classification émotionnelle des sports

	L'épreuve	Le défi	La rencontre
Activités de mesure	Escalade naturelle Descente en raft	Athlétisme compet Canoë-kayac Ski de descente Cyclisme	Footing Roller (rando urbaine)  Cyclotourisme
Activités de score	Escalade (SAE) Acrobranche	Football Judo Squash	Jorkyball Judo « randori » Squash loisir
Activités de conformité	Snow-board pour soi	Gym sportive Ski artistique	Danse, cirque artistique Ju-Jitsu

# Des émotions au plaisir des élèves en EPS

Dans la pratique des APSA, nous entendons par plaisir un état émotionnel positif et intense résultant d'une adéquation entre les mobiles d'action de l'individu et l'affordance<sup>[1]</sup> émanant de l'environnement physique et/ou humain dans lequel il agit.

<sup>[1]</sup> L'affordance est le néologisme choisi par Gibson pour exprimer ce que l'objet sollicite ou suggère comme actions.

# APSA et sentiment de plaisir

- 4 sources de plaisir
  - Le plaisir compétitif
  - Le plaisir ludique
  - Le plaisir convivial
  - Le plaisir de réussir

# La perception émotionnelle des APSA en EPS

- Les APSA sont en fait perçues différemment selon le sexe et l'âge des élèves.
- Les élèves de 6ème sont plutôt sensibles à l'aspect **ludique** des activités, les filles de 3ème à l'aspect **convivial** et les garçons de 3ème aux aspects **convivial** et **compétitif**.
- Les APSA sont plutôt perçues dans une dimension bipolaire. L'aspect **ludo-convivial** présente la plus grande occurrence.

# Les attentes émotionnelles des élèves en EPS

- Le compétitif joue les seconds rôles aussi bien dans les perceptions que dans les attentes !
- La convivialité est plébiscitée par tous les élèves quels que soient leur âge et leur sexe !
- Ce qui est recherché c'est la reliance, la quête du lien social, le partage d'émotions dans et autour de l'action mais en rapport avec elle.

# A l'évidence...

...les élèves ne vivent pas en EPS la pratique des APSA comme nous pourrions l'imaginer !

Somme toute, ce qui apparaît pour le moins surprenant c'est que les élèves ne perçoivent pas les APSA sur ce qui les caractérise le mieux : l'aspect compétitif.

# Alors quelle culture sportive privilégiée ? (A. Loret)

## 1. La culture sportive digitale

Elle reflète le monde du sport traditionnel fondé sur des classements, des mesures, des techniques, des compétitions.

*« Les sports digitaux visent un objectif de reconnaissance de soi. Cette reconnaissance prend la forme d'un rang au sein d'une hiérarchie »*

## 2. La culture sportive analogique.

Elle fonctionne sur une autre logique, plus fun, où le libre arbitre, l'auto-organisation, la participation conviviale, le plaisir ludique, les émotions et les sensations dominant.

*« Les sports analogiques sont des sports que l'on pratique dans un objectif de connaissance de soi pour savoir ce dont on est capable et non pas pour le montrer »*

**Or, c'est précisément ce 2ème type de culture qui est prisé par les jeunes aujourd'hui.**

# Vers une didactique plus analogique des APSA

## ● Pourquoi ?

- Rééquilibrer à l'école les deux types de cultures sportives (analogique et digitale)
- Mieux répondre aux perceptions et aux attentes émotionnelles des élèves

## ● Comment ?

- Mieux prendre en compte les activités sportives analogiques
- Analogiser davantage les activités sportives plutôt digitales
- Inventer des formes de pratique en jouant sur deux curseurs :
  - ✓ forme et la signification émotionnelle de l'activité : épreuve, défi ou rencontre
  - ✓ modalités de victoire : mesure, score ou conformité

# La course en durée peut être autre chose qu'une activité défi/mesure

## ● Epreuve / Mesure

- Battre le record de France du 3000 m à plusieurs
  - Équipe de 5 ou 10 coureurs selon le niveau

## ● Défi / Score

- La course aux points « durée » pendant 18 minutes
  - 1 contre 1, courir en enchaînant le plus grand nombre de séquences de 1'30"
  - La 1<sup>ère</sup> séquence courue rapporte 1pt, la 2<sup>ème</sup> 2pts, la 3<sup>ème</sup> 3pts, etc.
  - 1 arrêt ou de la marche dans une séquence donne 0 pt et la séquence de course suivante rapportera 1 pt, puis 2pts, etc.

## ● Rencontre / Mesure

- La course en peloton à une vitesse de course choisie à l'avance
  - Piste balisée tous les 10 m, 3 minutes de réglage avec bip sonore toutes les 36 secondes, puis 3, 6 ou 9 minutes de course
  - Réussir exactement le temps annoncé

# La gymnastique peut être autre chose qu'une activité défi/conformité

## ● Epreuve / conformité

- réaliser un exploit acrobatique (salto, lune, etc.)

## ● Défi / score

- Réaliser un élément gymnique sur quatre agrès en capitalisant des points réussite/difficulté et/ou réussite/qualité.

## ● Rencontre / conformité

- Réaliser à deux un enchaînement au sol à visée esthétique, la difficulté n'étant pas notée

# Le volley peut être autre chose qu'une activité défi/score

## ● Epreuve / score

- Des matches « asymétriques »  
3 contre 1, 4 contre 4 mais une équipe ne peut jouer qu'en renvois directs, etc...

## ● Défi / conformité et/ou mesure

- 2 équipes en duo contre 2 autres équipes en duo  
Tenir plus longtemps que l'autre une routine de jeu définie à l'avance.

## ● Rencontre / score

- 8 contre 8, avec la dimension ludique du règlement originel  
Liberté totale du nombre de touches par joueur et du nombre de passes entre les joueurs.

# Pour une programmation d'APSA « plus émotionnelle » :

- Sélectionner un ensemble d'APSA qui renvoient à différents types d'expériences émotionnelles, complémentaires au niveau des ressentis de plaisir (Cf. classification)
- Pour faire ce choix, ne pas s'en tenir seulement aux formes traditionnelles de pratique des APSA
- Pratiquer une didactique analogique des APSA pour créer des formes scolaires de pratique originales

# Exemple de programmation

	APSA	Expériences émotionnelles
Période 1	Natation (parcours aquatiques)	Épreuve/score
	Jeux collectifs pré-sportifs (mixtes)	Rencontre/score
Période 2	Gymnastique au sol (un contre un)	Défi/conformité
	Relais d'endurance par équipes	Rencontre/mesure
Période 3	Lutte au sol (le voleur de pincés)	Défi/score
	Danse contemporaine (petits groupes)	Rencontre/conformité
Période 4	Cirque : présentation d'un numéro	Epreuve/conformité
	Athlétisme : multibonds	Défi/mesure

# Pour relancer le plaisir en EPS

- Faire des pratiquants avant de faire des apprenants !
- Créer des formes scolaires de pratique dynamisantes

Et pour finir...

« *Sauvegardons l'humour ludique...* »

(JC MARCHAL, 1998)

Merci de votre attention