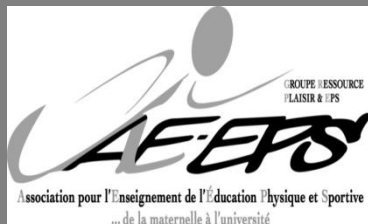




<http://paris-idf.aeeps.org>

**Dynamique du plaisir et
Sens des progrès
Atelier de Pratique Acrosport
Paris - 13 et 15 octobre 2016**



**BELHOUCBAT Mehdi – Professeur d'EPS
Lycée J.Lavezzari, Berck/Mer
Membre du groupe PLAISIR de l'AE-EPS**



Qu'est-ce que le plaisir de pratiquer ?

Le plaisir, c'est ce qu'ont ressenti ceux qui disent en avoir éprouvé. C'est un ressenti positif, pendant ou juste à la fin d'une action, qui résulte d'une combinaison complexe d'affects (humeur, émotions, sentiments) mis en relation avec l'expérience antérieure et l'histoire du sujet

Qu'est-ce que progresser ?

Latin : progressus, avancer

Fait d'aller vers un degré supérieur, de s'étendre, de s'accroître par étape (Dictionnaire Larousse).

Le cercle vertueux

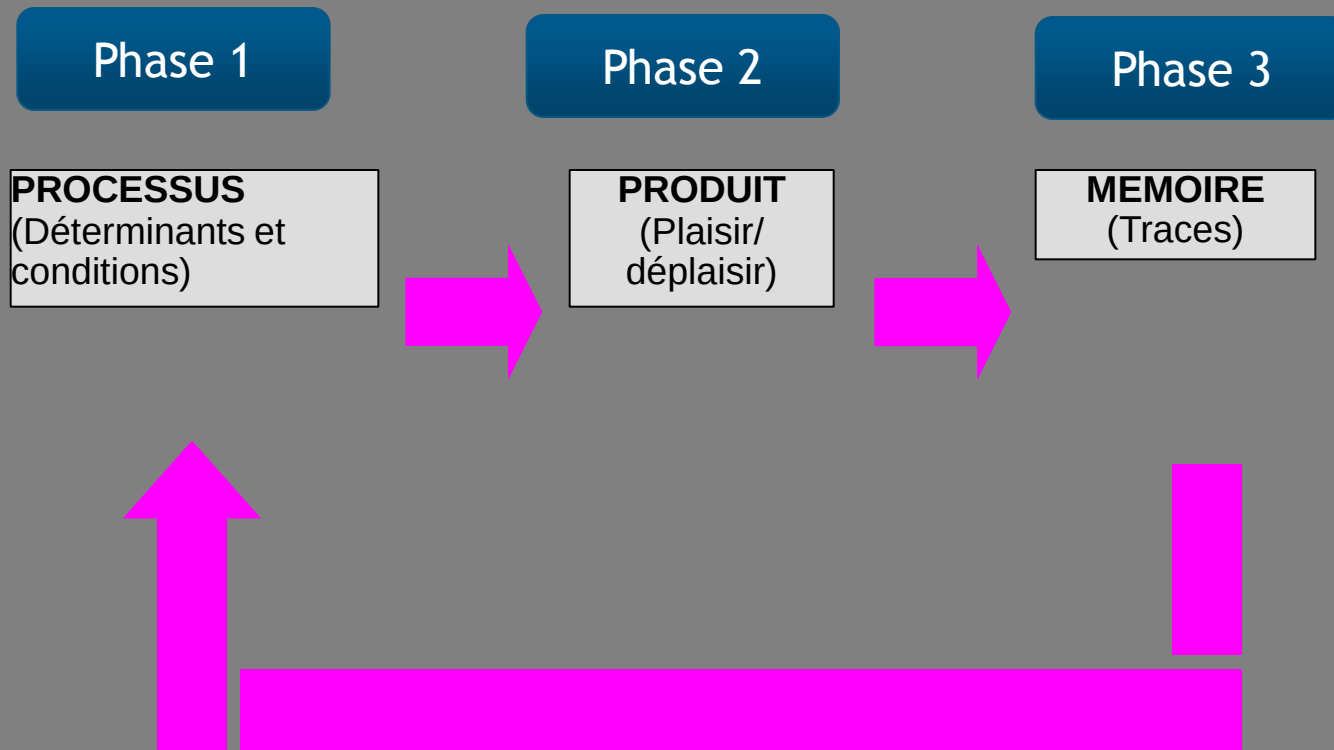
Dynamique plaisir / Sens progrès ?

Mobilisation : Respecte la signification que le sujet-pratiquant donne à son action. Satisfaire au plaisir immédiat en dynamisant le désir d'agir

Adaptation : Déclenche une recherche des moyens nécessaires à l'obtention de réussites gratifiantes. Créer une insatisfaction provisoire suscitant l'envie d'apprendre.

La dynamique plaisir

Comment ça fonctionne ?



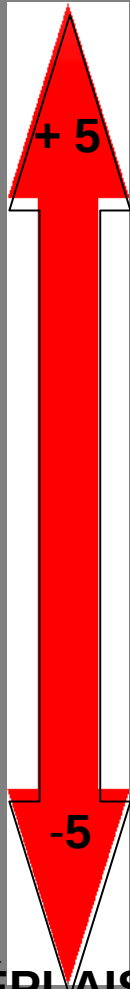
Phase 1 : Processus Expérience corporelle

- Les déterminants : les possibilités et sensibilités des élèves (conations / tendances / étape adaptative, sensibilités, justesse des possibilités d'action et d'interaction....)
- Des conditions : la forme de jeu scolaire proposée (pertinence et qualité de l'environnement, artefacts amplificateurs, réseau de règles, savoirs cachés proposés, la prise en compte des réussites...

Phase 2 : Produit

Ressenti plaisir / déplaisir

PLAISIR



DÉPLAISIR

« Plaisiromètre »

- (+5) : un ressenti positif et intense,
- (+3) : un ressenti agréable
- (+1) : un ressenti favorable
- (0) : aucun ressenti significatif, indifférence, ennui...
- (-1) : un ressenti défavorable
- (-3) : un ressenti désagréable
- (-5) : un ressenti négatif insupportable, **du déplaisir**

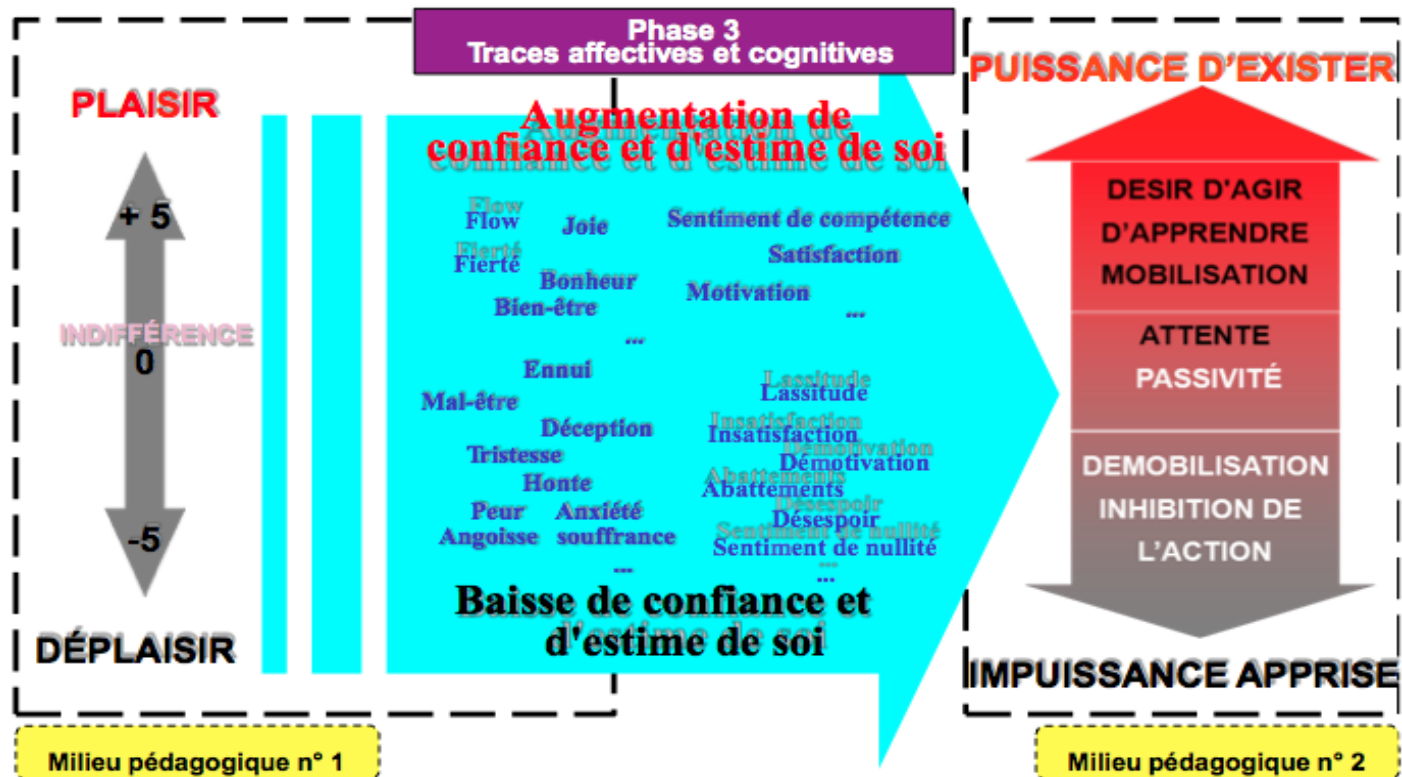
Phase 3 : Mémoires

Laisser des traces mémorables

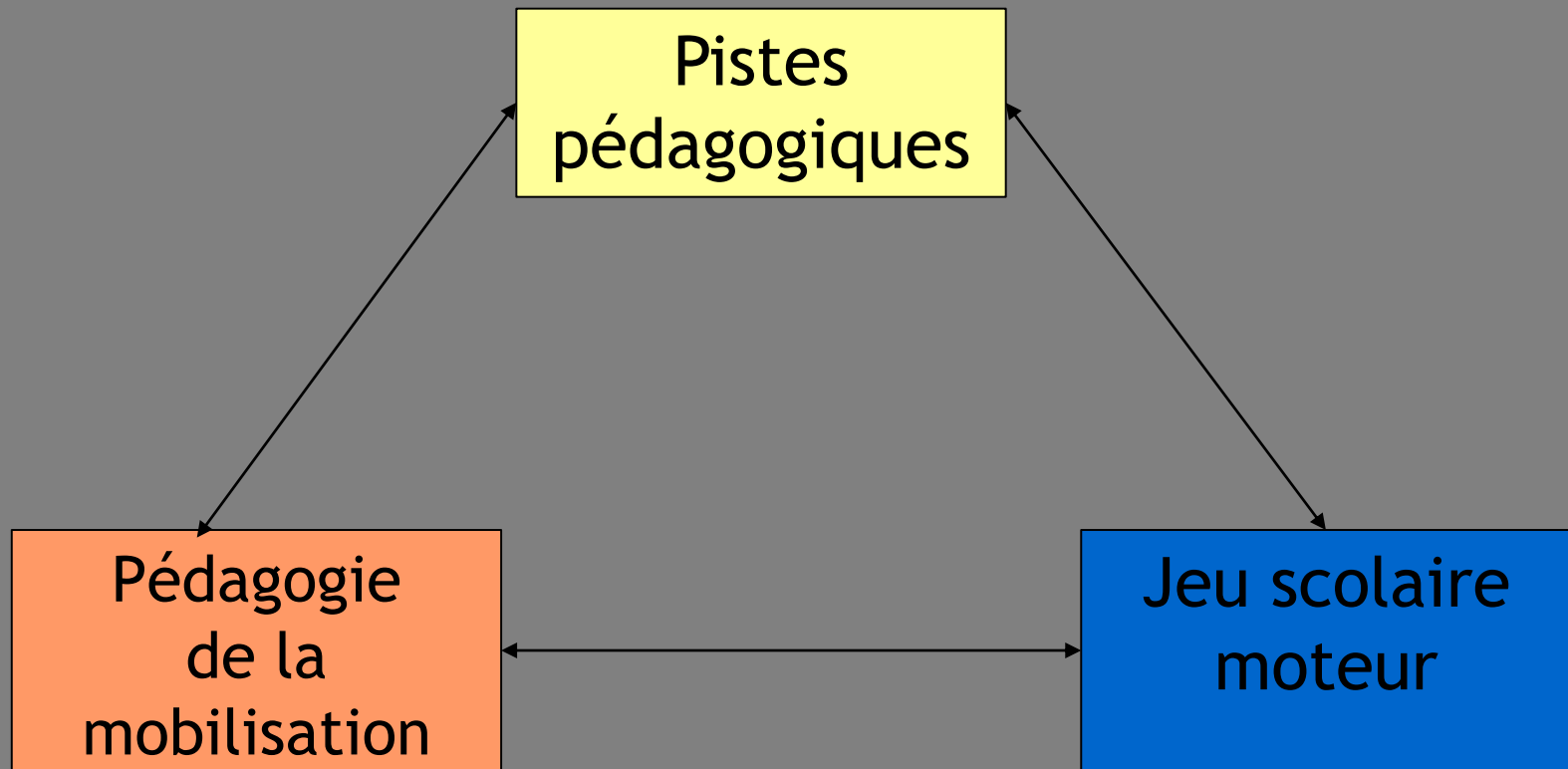
- Des traces de plaisir donnent l'envie de renouveler ce plaisir (plaisir anticipé ou recherché). Il peut se transformer en conduites attractives et mobilisatrices.
- S'il n'y a aucun ressenti significatif, l'individu peut naviguer entre attente ou lassitude... Réessayer ou passer à autre chose ?!
- Des traces de déplaisir engendrent le plus souvent des attitudes répulsives qui se traduisent parfois par l'envie de ne pas renouveler cette expérience, par l'abandon, par la fuite.
- Ces traces induisent des tendances à l'(in)action (partie de phase 1')

Modélisation du processus Plaisir/déplaisir

Modélisation de la dynamique plaisir/déplaisir



Trois outils



Les pistes pédagogiques

- 1) Tisser des relations humaines et bienveillantes et émancipatrices.
- 2) Favoriser une réussite quasi immédiate pour entretenir en permanence un espoir de réussite.
- 3) Ajuster l'enjeu du jeu au niveau des élèves.
- 4) Aborder l'activité en prenant en compte les préoccupations des élèves.
- 5) Valoriser aussi bien l'autodétermination que l'interdépendance positive.
- 6) Faire vivre des expériences marquantes.
- 7) Proposer des contenus en phase avec le niveau d'adaptation de l'élève.
- 8) Permettre à l'élève de repérer et capitaliser ses progrès.

Pédagogie de la mobilisation et de la réussite...

- Qui fait de la réussite immédiate un objectif prioritaire. Réussir d'emblée pour tous les élèves même si cela peut paraître « trop facile » (réussir au premier cours, cool!)
- Qui voit l'élève en « bosse » et s'intéresse à ce qu'il sait déjà faire et à ses mobiles (je suis trop balèze en fait)
- Qui cherche à susciter l'intérêt et accepte plusieurs réponses à un problème (Quel choix faire pour réussir mieux?)
- Qui balise progressivement le chemin de la réussite par des situations-paliers et tente de respecter des rythmes d'apprentissage différents (je suis ceinture rouge)
- Qui valorise plaisir immédiat / insatisfaction provisoire

... différente d'une pédagogie des manques et de l'échec...

- Qui fait de l'échec immédiat un objectif prioritaire. Réussir d'emblée, pas question ! Il faut qu'ils voient qu'ils sont « nuls », il y a des choses à apprendre et du travail !
- Qui voit l'élève en « creux » s'intéresse à ce qu'il ne sait pas faire
- Qui cherche à interdire. Attente de LA BONNE réponse
- Qui repère dans une situation initiale (de référence?) l'écart entre ce qu'il fait et ce qu'il devrait faire. On avance au rythme des meilleurs (définition d'un protocole)
- Qui valorise le plaisir différé / insatisfaction permanente

Une forme de Jeu Scolaire Moteur

Essai de définition

C'est une situation motrice mobilisatrice, adaptée aux capacités des élèves, évolutive et leur permettant de cheminer avec plaisir sur un itinéraire balisé par des paliers

Ce jeu doit posséder plusieurs fonctions :

- d'éducation : les valeurs
- d'émancipation : l'épanouissement
- d'apprentissage : les contenus scolaires
- d'évaluation : la réussite

Les caractéristiques d'une forme de Jeu Scolaire Moteur

Emotivité : Tous les élèves doivent percevoir d'emblée la possibilité de vivre une expérience marquante « jouer pour de vrai »

Accessibilité : Tous les élèves doivent pouvoir « se mettre en jeu » quelque soit leurs capacités ou habiletés techniques. Aucuns élèves « hors jeu » (inclusif)

Simplicité : Le jeu est constitué de quelques règles simples permettant de « jouer le jeu » rapidement

Complexité : Les règles bien qu'elles soient simples et peu nombreuses doivent permettre de « se prendre au jeu » et de trouver des solutions pour réussir

Perfectibilité : Le jeu doit offrir des perspectives d'évolutions gratifiantes en fonction des réussites et des progrès repérés.

Directivité : Le joueur a une place centrale, il est à l'initiative de certains changements et de certaines décisions.

I. UN JEU MOBILISATEUR

Acrosport / Gymnastique acro



I. UN JEU MOBILISATEUR pour susciter le désir d'agir



**Acrosport
Et
Gymnastique acrobatique**



L'interdépendance acrobatique



Le choix des figures combinées

Jouer à enchaîner

Définition de l'activité

Sur la base d'un CODE, les acrobates doivent jouer à résoudre la contradiction entre prendre des risques en produisant en interdépendance des formes acrobatiques et maîtriser collectivement ce risque en assurant le plus finement possible l'équilibre du vol, du renversement, de la réception.

Spécificité de l' acrosport

La Gymnastique Acrobatique (GAc) est fondamentalement acrobatique .

Le problème fondamental reste de se confronter au risque et le maîtriser.

Sa spécificité est le développement d'une collaboration motrice instable en interdépendance (plusieurs élèves dépendent les uns des autres dans la gestion de leur équilibre)

(C.Berthelot, document formation agrégation interne CNED)

Interdépendance acrobatique

LE VOLTIGEUR

Le voltigeur considéré comme un acrobate développant une motricité de plus en plus manuelle, renversée, tournée, aérienne (Tourner, Se renverser, Flipper, Voler) Attention départ V position debout possible.

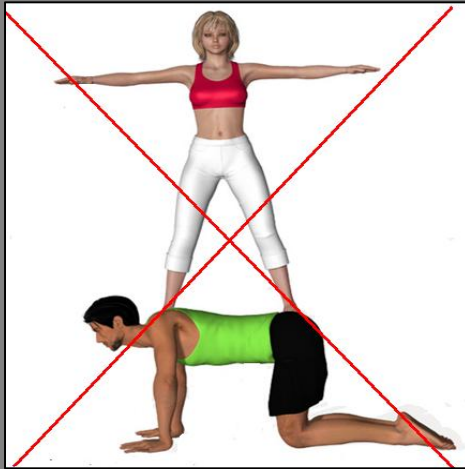
LE PORTEUR

Le porteur considéré comme un « agrès humain » ayant des propriétés spécifiques pour manipuler le voltigeur grâce aux saisies qu'il opère sur celui ci.
(éviter le porteur « brique » ou seulement en aide)

JOKER

Le Joker considéré comme une aide au montage, maintien, démontage de figures. Il est le rouage indispensable à la mise en place d'une sécurité active dans l'activité acrobatique.

Choix des figures statiques



--Voltigeur « terrien » motricité usuelle

- Porteur « support » (la brique)

- Potentiel de montage/démontage de la figure faible

Mise en danger de P et V

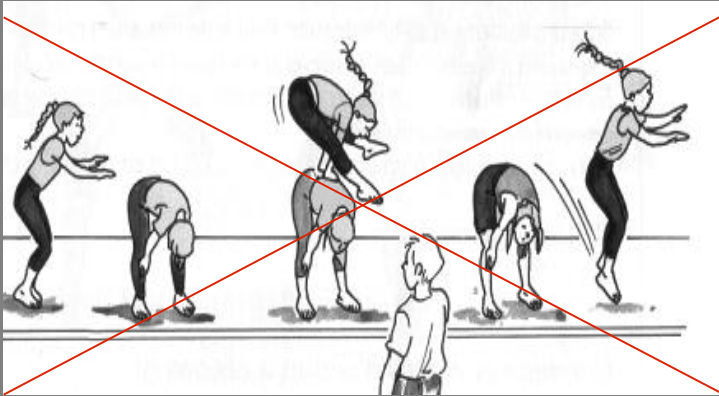


--Voltigeur déséquilibré

-Porteur avec saisies (régule)

Interdépendance de P et V = mise en sécurité

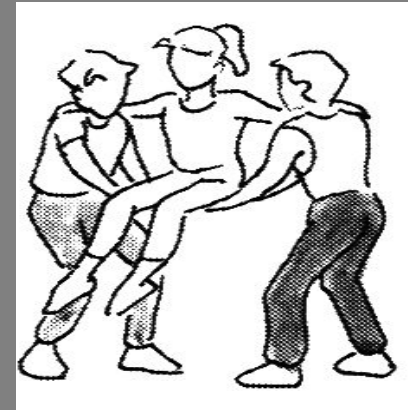
Choix des figures dynamiques



Le VOLTIGEUR reste dans une posture plutôt équilibré (utilisation des bras pour franchir)

Le PORTEUR subit la figure, aucune saisie pour dynamiser le voltigeur (rester solide...)

Absence de sécurité



VOLTIGEUR vole / tourne

PORTEUR COMME UN AGRES
HUMAIN PROPULSIF

Sécurité active car contrôle par saisies

MON choix

Les figures « combinées »

Montage
dynamique

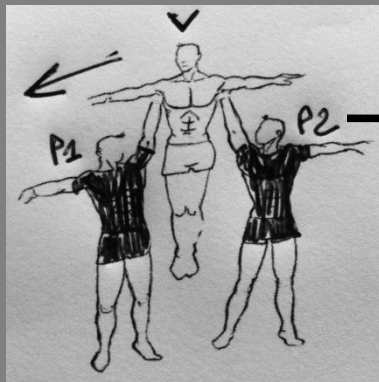
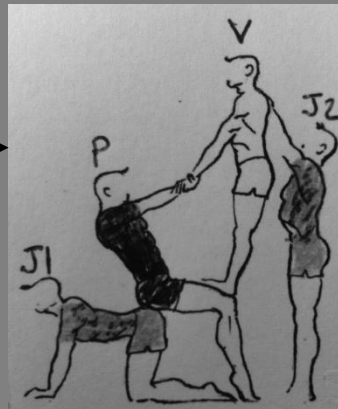


Figure
statique



Démontage
dynamique



Montage / Maintien / démontage
Les pieds du voltigeur décollent du sol au montage et ne retouchent le sol qu'à la fin
du démontage

Jouer à enchaîner dans les sports acrobatiques

Trampoline

10 touches



Tumbling

8 touches



Acrosport

Tps max 2'30



Contraindre la fluidité en demandant aux acrobates d'anticiper, en réception de figure, la figure suivante.

S'ajuster coll et anticiper en permanence pour garantir la fluidité de l'enchaînement en relation avec la musique

II. UN JEU ADAPTE pour dynamiser l'envie d'apprendre



**Activité de reproduction de
formes acrobatiques
codifiées**



**Activité de gestion du risque
acrobatique en
interdépendance**



**Activité de construction des
liaisons**

Activité de reproduction de formes acrobatiques
Ce qui compte c'est l'activité pas la forme technique...

Rendre accessible à tous :

**- l'activité de montage
maintien / démontage**

**Réduire le nombre de figures statiques proposées
(5 figures)**

**Des choix de montages avec les bras / sans les bras / en
rotation pour chaque figure (3 choix de montages)**

**Des choix de démontages avec les bras / sans les bras /
en rotation pour chaque figure (3 choix de démontages)**

Faciliter le passage par les bras sur du dynamique...



Activité de gestion du risque acrobatique en interdépendance : LES JOKERS

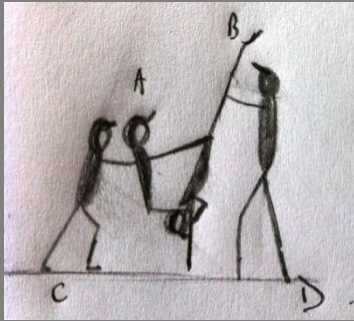
LES JOKERS pour rendre accessible, en sécurité, l'ensemble des figures :

- « JOKER AIDE »
- « JOKER PAREUR »
- « JOKER VIGILANT »

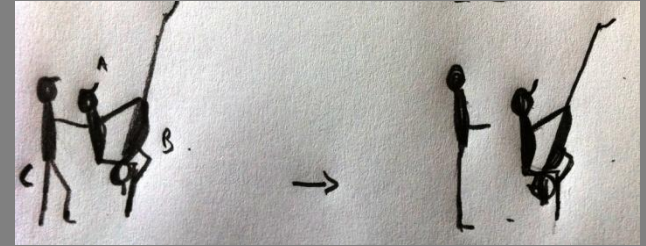
PARTAGER LE RISQUE EN PERMANENCE



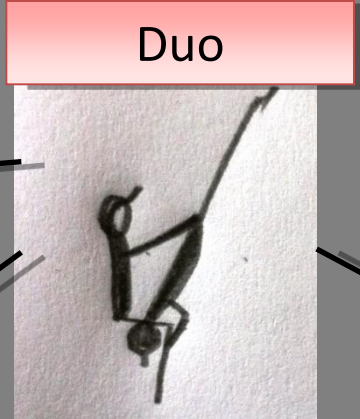
Les Jokers



Duo + 2 aides



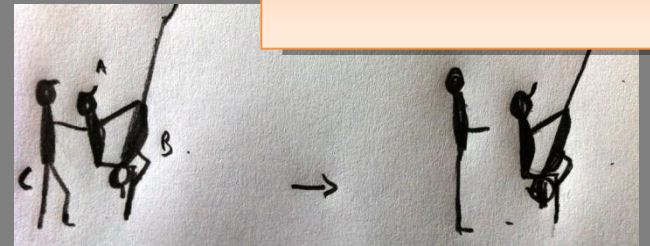
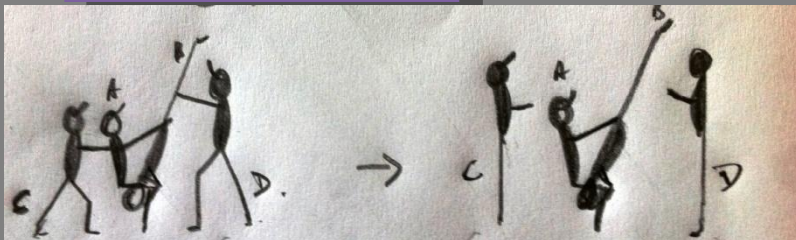
Duo + 1 aide



Duo

Duo + 2 pareurs

Duo + 1 pareur



Activité de construction des liaisons

Les rendez-vous et les déplacements

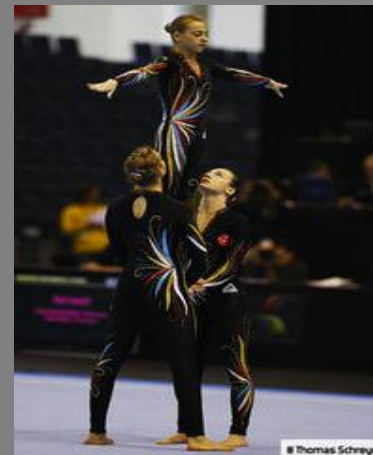
LES FORMATIONS comme rendez vous intermédiaire pour rendre accessible l'activité de construction de liaisons fluides

Les repères sonores pour structurer les rendez-vous et la vitesse-fluidité du déplacement

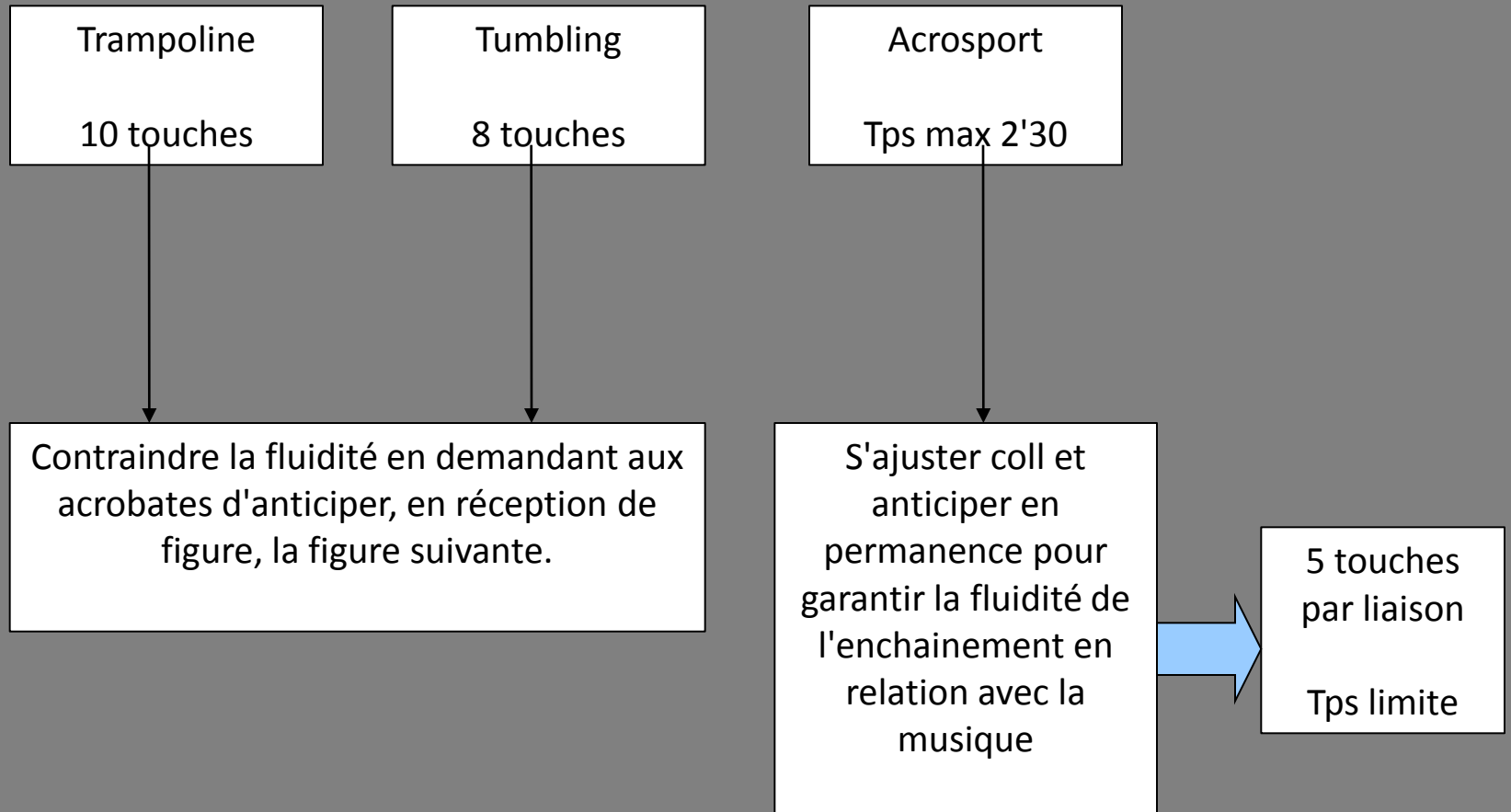
Les figures

rendez vous acrobatiques

Localisation spatiale



Les déplacements dans les liaisons



III. Un Jeu balisé et évolutif

Jalonner pour orienter le sens des progrès



Enseigner par module



Le code « cœur de l'activité »



Enseigner par paliers

NOTRE DEMARCHE D'ENSEIGNEMENT

« Enchaîner dès la première séance »



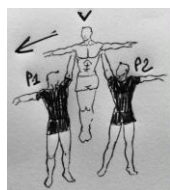
Apprentissage par module

- 5 paliers à franchir sur chaque module
- Apprentissage 5 modules différents mais posant un problème identique

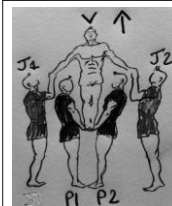
Le module d'enchainement :

« Une forme de jeu embryonnaire en acrosport »

Montage 1



Démontage 1



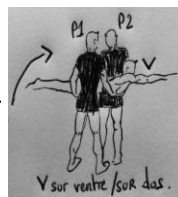
ou

ou

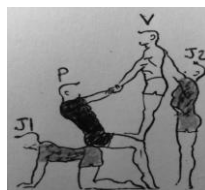
Formation	
X	X
	X
X	X

Liaison 1

Montage 2



Figure



Démontage 2



Liaison 2

... / 1

Formation

X
X
X X X

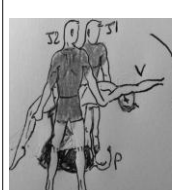
ou

ou

Montage 3



Démontage 3



Le code « cœur de l'activité »

Assurer une performance ou être à la limite de ses possibilités avec le risque possible d'échouer au regard des règles du CODE (maitrise, difficulté, exigences...)

C'est le **CODE** qui valorise ou **NON** certaines prises de risques. Ces prises de risque permettent de battre un record de points et/ou encore de battre un adversaire.

Performance (Difficulté) Maitrise (exécution), Originalité (montage/démontage, changement de postures, relation musique) La combinaison (exigences du mouvement, 1 fig par famille...)

Le code et le jugement

Un outil pour structurer l'activité des élèves

Répondre aux
exigences

Composition

Perdre des
points

« maîtrise »
Pénalisation

Gagner des
points

« difficultés »
Bonification

Gagner des points

Jouer avec les bonifications...

Niveau
d'intervention
des jokers

Type de
démontages
valorisés

Type de
montages
valorisés

Type de
Combinaisons
montages
/démontages

Nombre de
touches sur les
liaisons

Des liaisons
thématisées

Types de
formations
(contrôle visuel
et postures)

Perdre des points

Logique de « pénalisation »

	Montage	Figure	Démontage	Liaison
0	Chute/Non sécurisé, Montée lourde Non accompagnée	Chute Figure non tenue Figure déformée	Chute/non sécurisé Réception lourde/bruit Non accompagnée	Formation non respectée Piétinement / Trajets cafouillés Arrêts longs et fréquents
	Sécurisé Montée douce Saisies respectées	Figure tenue/vacille Forme reconnue	Sécurisé Réception douce Saisies respectées	Formation respectée Hésitations / Trajets juxtaposés Arrêts courts et fréquents
1	Sécurisé Montée précise Saisies assurées	Figure tenue Forme respectée parfaitement	Sécurisé Réception contrôlée Saisies assurées	Formation respectée Déplacements précis / Trajets coordonnés Pas d'arrêts formation/figure

Système de bonification identifié à chaque palier

Possibilité de mettre en place un système de cartons ou de coupelles...

Enseigner par paliers

Attention : chaque acrobate a le droit à 5 touches par liaison

			Maitrise	Bonification	Note
1pt	Niveau Blanc	Je suis capable de réaliser le module « formation / figure / formation » avec montage sécurisé et démontage sécurisé. Bonification : Duo avec « jokers vigilants »	 / 4	+ 1	
2pts	Niveau Vert	Je suis capable de réaliser le module avec montage sécurisé et démontage <u>acrobatique</u> Bonification : Démontage tourner ou renverser	 / 4	+ 1	
3pts	Niveau Bleu	Je suis capable de réaliser le module avec montage <u>acrobatique</u> ET démontage <u>sécurisé</u> Bonification : Montage tourner ou renverser	 / 4	+ 1	
4pts	Niveau Rouge	Je suis capable de réaliser le module avec avec montage acro et démontage acro Bonification : Montage et démontage tourner/renverser	 / 4	+ 1	
5pts	Niveau Noir	Je suis capable de réaliser le module en réalisant la figure au centre et en 30 secondes (bip de départ et bip de fin) Bonification : 1 des 4 coins en 20"	 / 4	+ 1	

LE JEU DE L'ACRO-BATTLE

Règles du jeu

- 2 équipes de 5 acrobates s'affrontent sur le même défi
- Chaque équipe dispose de 3 minutes pour répondre au défi
- 1 équipe passe et l'autre équipe juge
- L'équipe dispose de 2 minutes pour présenter son défi (2 passages successifs)
- Il y a 5 juges (montage, figure, démontage, fluidité + vidéo)
- Pour valider leur critère, les juges doivent lever un bras
- il faut avoir 4 bras levés des juges pour valider le défi
- L'équipe qui passe a le droit de contester en demandant 1 "replay"

Défi 1	Réaliser le module avec 2 voltigeurs différents	 / 1
Défi 2	Réaliser le module avec 2 porteurs différents	 / 1
Défi 3	Réaliser le module avec « Jokers vigilants »	 / 1
Défi 4	Réaliser le module avec 2 montages différents	 / 1
Défi 5	Réaliser le module avec 2 démontages différents	 / 1
Défi 6	Réaliser le module avec 2 formations de départ différentes	 / 1
Défi 7	Réaliser le module avec 2 formations d'arrivée différentes	 / 1
Défi 8	Réaliser le module avec 2 lieux de figures différents	 / 1
Défi 9	Réaliser le module au ralenti (40") et en accéléré (20")	 / 1
Défi 10	Réaliser le module avec 2 types de déplacements-liaisons	 / 1
Défi Choisi par mon équipe		 / 1
Défi équipe adverse		 / 1
		

En guise de conclusion



En mémoire de l'inscription gravée au fronton de l'Académie d'Athènes à propos de la géométrie, inscrivons à l'entrée des gymnases scolaires:

- « Que nul n'entre ici s'il ne cherche le plaisir,
- Que nul n'entre ici s'il ne cherche que le plaisir »



<http://paris-idf.aeeps.org>