

Cours n°11

09/05/2011

Enseigner les techniques et les tactiques sportives en EPS

Matthieu QUIDU

quidumatthieu@yahoo.fr



Qu'est-ce qu'une «Technique sportive»?

Manière de faire corporelle permettant de résoudre efficacement et économiquement un problème posé par une tâche spécifique

La technique est normalisée

Efficacité; Performance
Rendement; Efficience

La technique est finalisée
Moyen de résoudre un problème
concret, d'atteindre un but fixé

La technique est un produit

Une forme gestuelle visible
Une coordination motrice

La technique est un processus
Une activité adaptative de
recherche de solution; une création

La technique est une «stabilisation provisoire»

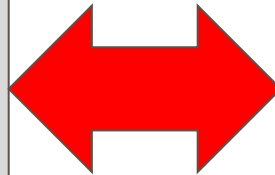
Stabilisation: régularité permettant description et transmission

Provisoire: innovation permanente; constante évolution

Exemples de techniques sportives

L'enjeu n'est pas de donner une liste de gestes sportifs coupés du problème pour lequel ils sont conçus

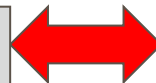
Problème technique
à résoudre



Solution technique
jugée efficace

Toutes les APSA sont concernées

Volley-ball: ↗ efficacité smash



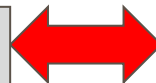
Défense basse: «manchette»
Défense haute: « contre»

Football: ↗ stabilité défensive



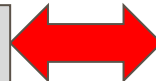
Contrôle orienté
Jeu déviation une touche

Escalade: configurations des prises



Changement de pieds
Mains-Pieds

Natation: ↘ phases non propulsives



Virage-culbute



Qu'est-ce qu'une «Tactique sportive»?

Aptitude à adopter des comportements **individuels et/ou collectifs pertinents et adéquats** en fonction des **circonstances momentanées**

La tactique est un **choix**
Décision parmi alternatives
Jugement

La tactique est **contextualisée**
Pertinence; Justesse
Adéquation

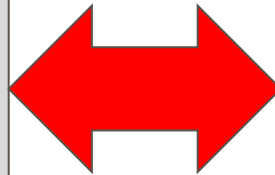
La tactique se déploie **avant et/ou pendant l'action**
Avant l'action: stratégie; projet de réalisation
Pendant l'action: tactique évolutive et adaptative

La tactique est **individuelle et/ou collective**
Individuelle: choix d'itinéraire...
Collective: organisation défensive...

Exemples de tactiques sportives

L'enjeu n'est pas de donner une liste de tactiques sportives coupées du contexte dans lequel elles sont mises en œuvre

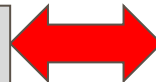
Contexte tactique
à affronter



Choix tactique
optimal

Toutes les APSA sont concernées

Handball: face mauvais tireurs à 9m



Défense aplatie 0-6

Boxe: adversaire longiligne + grand



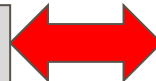
Briser la distance de combat

1500m: adversaires + faibles au sprint



Course lente, peloton groupé

Orientation: état avancé de fatigue



Prise de risque: saut de lignes

Pourquoi enseigner les techniques et tactiques sportives en EPS?

Justification instrumentale

Pouvoirs d'action
Efficacité
Utilisation optimale
des ressources

Justification anthropologique

Technique et humanité
Patrimoine culturel

Vers une didactique des techniques et tactiques...

Justification motivationnelle

Représentation des élèves
Sentiment de compétence

Justification institutionnelle

Contenus de l'EPS
=connaissances
motrices
=savoir-faire
Une composante des compétences

Enseigner les techniques sportives en EPS

Le choix d'une démarche fonctionnelle

L'apprentissage technique répond à un **besoin authentique**
Il permet de **surmonter un problème réel rencontré**
= la technique comme moyen dans son contexte tactique

La solution technique retenue correspond au **niveau réel de ressources chez l'élève** (Pradet, 2000)
= la technique comme recherche véritable d'efficacité

Didactique historique des techniques

Metzler (1992) en volley-ball
Histoire des techniques//
Evolution élèves
Dialectique Attaque-défense

Méthode GAG (Mombaerts)

Globale: contextualisation
Analytique: décontextualisation
Globale: recontextualisation

Méthode bio-logique

(Récopé, 2007)
«Susciter les raisons
d'apprendre»
Défense en volleyball et
sensibilité à la rupture



Enseigner les techniques sportives en EPS

Mise à distance d'une démarche formaliste

La gestuelle technique déconnectée...

... de son **utilité pratique**

...du **niveau de ressources**

Mais: intérêt pour sentiment de compétence et d'appartenance

Prudence vis-à-vis des démarches de découverte

Induction des réponses

Amputation quantité de répétitions

Enseigner les techniques sportives en EPS

Jouer sur les «variables d'apprentissage»

Volume de pratique

>100 répétitions pour acquérir coordination experte (Delignières, 1998)

Automatisation (Schiffrin, 1977)

Répétition dans la **tâche**: multi-volants

Répétition dans la **séance**: fil conducteur

Répétition dans le **cycle**: révision

Prévenir **lassitude** - ↘ **motivation**
=> Manipuler **principes de plaisir**

Type de pratique

Pratique en bloc VS variable
(Buekers, 1995)

Apprentissage nouvelle coordination
= pratique en bloc
↘ effort cognitif (image mentale)

Affinement coordination existante
= pratique distribuée - contraste
↗ effort cognitif (paramétrage)

Enseigner les techniques sportives en EPS

Jouer sur les «variables d'apprentissage»

Type de guidage

**Aménagement du milieu vs
Instructions verbales**

Aménagement du milieu

Ski alpin: «trace bleue»

Natation: fréquence et type de coordination

Instructions verbales

Mode contrôlé vs automatique

Rôle métaphore: «shoot» et salto arrière

Apprentissage implicite>explicite

Difficulté de la tâche

«Challenge optimal individuel»
=>Nécessité de **différencier**

Manipuler variables complexification

Orientation: distance, proximité lignes...

Combat: degrés d'incertitude et adversité

Sports collectifs: densité et supériorité

Augmentation progressive complexité

Badminton: évolution d'une routine

Enseigner les techniques sportives en EPS

Jouer sur les «variables d'apprentissage»

Feedbacks extrinsèques

Contenu du FB

Produit: écart au but visé

Processus: moyens, focalisation

Fréquence du FB f (effort cognitif)

Nouvelle coordination: Fr élevée

Affinement coordination: Fr basse

Précautions d'usage

Individualiser FB (vs hystérésis)

Eviter **dépendance** / FB (différé, résumé)

Clarté message (code gestuel et verbal)

Observation

Double fonction du modèle

Construire image mentale

Fonction motivationnelle

Efficacité comparée

Nouvelle coordination: + (étape cognitive)

Affinement coordination: - (étape autonome)

Précautions d'usage

Coupler image et verbal

«Challenge **optimal** de modélisation »



Enseigner les tactiques sportives en EPS

Sensibiliser à la stratégie

Construire un **projet d'action** en **amont** de celle-ci à partir d'une **analyse réaliste des ressources et contraintes** de son environnement

Eduquer à l'enquête

Sports de combat ou de raquettes

Identifier le thème de jeu de l'«adversaire complice»
Donner un handicap à son adversaire

Expérimenter des alternatives

Course d'orientation: les «parcours dédoublés»
Football: «La jouer comme... » (Barça, Ribery...)
Triple saut: différentes répartitions des bonds

Formaliser un projet de jeu

Combat: à l'issue d'un « round d'observation »
Natation: projet de course en «multi-nages»
Orientation: course au score (3 valeurs de postes)
Escalade: 5 prises pied droit



Enseigner les tactiques sportives en EPS

Sensibiliser à la tactique

Mettre en œuvre, dans le feu de l'action et sous pression temporelle, des choix adaptés à l'évolution du contexte

Identifier des indices

Former des **algorithmes** « si..., alors... »
Handball: prise d'intervalle et défenseur complice
Boxe: automatiser enchaînement « Stimulus-Réponse »
Badminton: banco et reconnaissance situation rupture
Si indices partagés, intérêt verbalisation (Darnis, 2006)

Manipuler la complexité informationnelle

Incertitudes événementielle, temporelle, spatiale
Isoler des « unités tactiques »