



L'EXIGENCE DES SAVOIRS EN EPS

VERS L'ÉDUCATION DU PHYSIQUE ET LA MAÎTRISE DE L'ESSENTIEL

Dossier rédigé par **Laurent BONNIN**, secrétaire national du SNALC chargé de l'EPS. Avec les participations d'**Adil BEN AISSA**, **Fabrice CAHUE-MERCIER**, **Laurent ETOURNEAU**, **Hélène FACHE**, **France PISSOT**, **Estelle RODRIGUEZ**, membres du secteur SNALC EPS.

CONTOURS ET INTÉRÊTS DE LA NOTION

« **L'** exigence des savoirs » est une visée éducative à laquelle souscrit le **SNALC**. En EPS, elle enjoint de définir en matière de savoirs, de savoir-faire, et de savoir-être, ce qui est absolument nécessaire, indispensable, réaliste de faire acquérir aux élèves, et d'en permettre une **acquisition certaine et durable pour leur vie future**.

Tout le contraire du superflu, du tous azi-

mutés des programmes actuels et de leur inadéquation aux conditions réelles d'enseignement ainsi qu'aux besoins et capacités des élèves.

Pour le **SNALC**, si l'exigence des savoirs en EPS vise la **maîtrise durable de savoirs essentiels**, elle passe nécessairement par la réhabilitation d'une **éducation du physique** et la remise sur pied d'une discipline qui marche sur la tête. Cette édu-

cation du physique qui a été progressivement abandonnée depuis 40 ans est non seulement possible, mais indispensable. Ce dossier en dresse les contours et propose un outil dont pourront s'emparer les enseignants soucieux de l'éducation des corps et du sens premier de leur discipline, sans négliger ses apports culturels. ■

La version complète de ce dossier, traitant notamment de « L'abandon du physique en EPS », est en ligne sur notre site :

<https://snalc.fr/l'exigence-des-savoirs-en-eps/>

L'ÉDUCATION DU PHYSIQUE EN EPS

CIBLER L'ESSENTIEL

L'exigence des savoirs nécessite de définir et de sélectionner ce qui doit constituer cette éducation du physique. Nous avons retenu deux champs de développement. Celui des capacités organiques et celui des savoir-agir.

Les capacités organiques

Elles concernent le corps dans ses dimensions mécaniques, énergétiques et perceptives. Il peut être très intéressant de les considérer dans une programmation d'APSA, de la 6^e à la 3^e, au service d'une éducation du physique qui devrait s'attacher à toutes les mobiliser.

► **Mécaniquement**, le corps est constitué de membres, de muscles, d'articulations et ces composants biologiques doivent être sollicités dans le développement physique, tout comme les différents régimes de contractions (concentrique, excentrique) et de travail musculaire (pliométrie). Programmer du kayak et du lancer, c'est forcément privilégier davantage le tronc et les membres supérieurs que le train inférieur. Ce n'est pas à négliger.

► **Énergétiquement**, il est courant de distinguer les trois filières métaboliques (anaérobie alactique, anaérobie lactique et aérobie) sources d'énergie et potentiels d'efforts physiques différents (très brefs et très intenses, courts et intenses, moyens à longs et modérés). Là encore, programmer du football et de la course de durée cible surtout la voie aérobie et peut correspondre à une recherche transversale de développement de la VO₂.

► **Perceptivement**, il est important de favoriser l'éducation de l'oreille interne essentielle à la maîtrise de l'équilibre et de l'espace arrière sans contrôle visuel. Il en est de même pour l'utilisation de la rétine périphérique et des apprentissages kinesthésiques, proprioceptifs, statiques, dynamiques, pour prévenir les blessures,

renforcer les ceintures, améliorer l'équilibre et le contrôle général du corps ; capacités très utiles à la vie future.

Les savoir-agir

Ce sont les savoirs moteurs fondamentaux, des savoir-faire corporels. Ils se déclinent en savoir-sauter (haut et loin), savoir-nager (en surface, en profondeur, sur le ventre, le dos, rapidement, longtemps), savoir-

ultérieures, qu'elles soient sportives, utilitaires ou professionnelles.

VISER LA MAÎTRISE

L'exigence des savoirs invite à construire des savoir-agir essentiels **durables, stabilisés, incorporés**. Cet outil permet de cibler et de construire de la 6^e à la 3^e ces pouvoirs moteurs et de rendre possible leur stabilisation. Plus un même savoir sera



conduire, savoir s'opposer, etc. La liste ici proposée dans le tableau est indicative et peut être complétée ou simplifiée. Ces savoirs moteurs s'acquièrent par la pratique des nombreuses activités physiques, sportives et artistiques. Ces pratiques combinées durant la scolarité doivent permettre de construire un répertoire moteur qui permettra aux élèves de réutiliser ces savoir-agir dans des activités physiques

mobilisé, répété au cours de la scolarité, plus il sera perfectionné et acquis. Par ailleurs, comme un même savoir peut être sollicité par différentes APSA, le recours à des APSA diversifiées durant les 4 années du collège permettra des répétitions variées et une stabilisation plus souple et adaptative de ces savoirs.

Ainsi d'un point de vue synchronique, à l'intérieur d'un même niveau de scolarité, il est possible de rechercher un développement équilibré ou, au contraire, de cibler un renforcement de capacités ou de savoir-agir particuliers.

D'un point de vue diachronique, sur les 4 niveaux de scolarité, il est possible de rechercher à travers une transversalité bien agencée, le renforcement de certains savoirs moteurs ou de capacités particulières, comme la puissance musculaire ou le potentiel aérobie par exemple.

Enfin, il est bien évident, en l'état actuel des volumes horaires disciplinaires, que cette démarche plaide, à défaut de leur augmentation, pour des temps de pratique effectifs significatifs et une réduction maximale des moments d'inactivité physique et d'immobilité en EPS. ■



ÉDUCATION DU PHYSIQUE

SAVOIRS	APS.A INDICATIVES	COLLÈGE				CAPACITÉS										
		NIVEAUX DE CLASSE				MÉCANIQUES				ÉNERGÉTIQUES			PERCEPTIVES			
						ÉPAULES	BRAS	TRONC	JAMBES	ANA ALAC	ANA LACT	AÉROBIE	VISION PÉRIPH	OREILLE INT.	PROPRIO CEPTION	
Préparer son corps	Échauff / Assouplis / Muscul / PPG	6	5	4	3											
Se muscler	Échauffement / Muscul / PPG / Step	6	5	4	3											
S'étirer, s'assouplir	Échauffement / Étirements / Stretching	6	5	4	3											
Récupérer, se détendre	Relaxation / Yoga	6	5	4	3											
Courir	Vite	Sprint / Relais / Baseball	6	5	4	3										
	Longtemps	1/2 fond / Cross / CO	6	5	4	3										
Lancer	Loin	Javelot / Balles / Vortex	6	5	4	3										
	Précisément	Jav / tir / ultimate / Cirque / Baseball	6	5	4	3										
Sauter	Haut	Saut hauteur / Gym	6	5	4	3										
	Loin	Saut long / multi-bonds	6	5	4	3										
Impulser	1 pied	Cloche / HB / BB / Haies	6	5	4	3										
	2 pieds	Gym / VB	6	5	4	3										
Franchir	Entre les mains	Saut cheval	6	5	4	3										
	Latéral	Parcours	6	5	4	3										
Se déplacer	Arr/Latéral	Bad / Danse / Sports Collectifs	6	5	4	3										
Grimper	Corde / escalade / Parcours	6	5	4	3											
Se suspendre	Gym / Corde / Parcours	6	5	4	3											
Porter	Muscul / Acrosport / Danse / Cirque	6	5	4	3											
Quadrupédie	Gym / Judo-lutte / Parcours / Acrosport	6	5	4	3											
Ramper	Judo - lutte / Parcours	6	5	4	3											
Nager	Vite	Natation (ventrale)	6	5	4	3										
	Longtemps	Natation (ventrale-dorsale)	6	5	4	3										
Couler	Verticalement	Natation (expiration-apnée)	6	5	4	3										
	Horizontalement	Natation (coulées, obstacles)	6	5	4	3										
Plonger	Natation (entrées à l'eau)	6	5	4	3											
S'équilibrer	Horizontalement	Natation (flotter)	6	5	4	3										
	Verticalement	Gym / Parcours / Acrosport / Cirque	6	5	4	3										
	Dynamique	Nat / Athl / Gym / Cirque / Sports co	6	5	4	3										
Conduire	S'orienter	CO	6	5	4	3										
	Rouler	Vélo / VTT / Roller-Skate / Cirque	6	5	4	3										
	Patiner	Patinage / Roller / Hockey	6	5	4	3										
	Glisser	Ski / Voile / surf / Kayak	6	5	4	3										
	Freiner	Vélo / VTT / Ski / Voile / Kayak / surf / Skate	6	5	4	3										
	S'arrêter	roller	6	5	4	3										
Gagner-S'aligner	Gym / Muscu / Acrosport / Athlé / PPG	6	5	4	3											
Tourner en av	avec appuis	Gym / Judo - lutte / Danse / Cirque	6	5	4	3										
	Sans appuis	Gym	6	5	4	3										
Tourner en arr	avec appuis	Gym / Judo - lutte	6	5	4	3										
	Sans appuis	Gym / Saut haut	6	5	4	3										

Tourner longitudinalement		Gym / Danse	6	5	4	3												
Se renverser		Gym / Acrosport	6	5	4	3												
Se recevoir		Gym / Parcours / Judo - lutte / Sauts	6	5	4	3												
Chuter	Avant	Judo - lutte / Gym	6	5	4	3												
	Arrière	Judo - lutte / Saut hauteur / Gym	6	5	4	3												
Projeter autrui	Avt	Judo - lutte	6	5	4	3												
	Arr	Judo - lutte	6	5	4	3												
Retourner-Renverser autrui		Judo - lutte / Rugby	6	5	4	3												
Immobiliser autrui		Judo - lutte / Rugby	6	5	4	3												
Se dégager d'autrui		Judo - lutte / Rugby	6	5	4	3												
Esquiver		Judo - lutte / Boxe / Sportco / jeux trad	6	5	4	3												
Contre att - Riposter		Judo - lutte / Boxe / Sportco / jeux trad	6	5	4	3												
S'opposer		TT / Tennis / VB-BB-Ultimate	6	5	4	3												
S'affronter		Judo - lutte / Boxe / Rugby-HB	6	5	4	3												
Bloquer-Résister		Judo - lutte / Boxe / Rugby-HB	6	5	4	3												
Frapper avec le corps	Pieds	Boxe / FB	6	5	4	3												
	Mains	Boxe / VB	6	5	4	3												
Frapper avec un objet	Précision	TT-Bad / Base Ball / Hockey / Golf	6	5	4	3												
	Puissance		6	5	4	3												
Passer-transmettre			6	5	4	3												
Recevoir	À l'arrêt	BB-HB-FB-RB-VB / Jeux trad / Cirque / Relais	6	5	4	3												
	En course		6	5	4	3												
Marquer dans une cible		HB-FB-BB-VB / TT-Bad / Tirs - Lancers	6	5	4	3												
Marquer un adversaire		BB-HB-FB-RB / Jeux trad	6	5	4	3												
Se démarquer	Appui	BB-HB-FB-VB / Jeux trad	6	5	4	3												
	Soutien	BB-HB-FB-RB-VB / Jeux trad	6	5	4	3												

Cellule bleue : capacité mobilisée

ÉDUCATION PAR LE PHYSIQUE

SAVOIR-ÊTRE		SAVOIR-FAIRE	
Se Protéger	Agir en sécurité pour soi et les autres	Protéger	Assurer sa sécurité et celle d'autrui
Écouter	Être attentif et réceptif en classe et dans les activités	Apprendre	Entendre, comprendre et appliquer les consignes
Respecter	Respecter le matériel, les autres et l'environnement		Analyser, évaluer, comprendre son action et celle d'autrui
	S'approprier et appliquer les règles de pratique et de vie de classe communes		Accepter et utiliser ses erreurs ou celles des autres pour progresser. Résoudre seul et/ou à plusieurs un problème
S'exprimer	Employer un langage adapté et correct	Répéter pour améliorer, stabiliser, renforcer, retenir.	
S'engager	S'impliquer dans les activités proposées	Gérer	Assurer des fonctions d'observateur, de juge, d'arbitre
Persévérer	Maintenir l'engagement, persévérer devant les difficultés et soutenir un effort	Concevoir Coopérer	Élaborer, suivre, réguler un projet d'action personnel adapté.
Coopérer	Aider, soutenir ses camarades en difficulté		Construire et collaborer à un projet d'action collectif adapté (artistique, d'opposition, de confrontation)
		Participer à la mise en place, rangement du matériel	Connaître
			L'importance de l'activité physique sur la santé
			Les besoins du corps pour l'activité (récupération, sommeil, alimentation, hydratation...)

L'ÉDUCATION PAR LE PHYSIQUE EN EPS

LES SAVOIR-FAIRE ET SAVOIR-ÊTRE

Le **SNALC** ne renie pas la nécessité et les bénéfices d'une éducation « par » le physique. Au niveau affectif, la fonction



émancipatrice et socialisante de l'EPS est importante. Au niveau cognitif, la connaissance de principes, de règles sont indispensables aux apprentissages, à la pratique physique et sportive actuelle et ultérieure, à l'appréciation des spectacles sportifs.

Le **SNALC** retient une dizaine de savoir-être (attitudes et comportements recherchés) ainsi qu'une dizaine de savoir-faire (méthodes et connaissances nécessaires). Ils sont essentiels à la vie en classe, en

collectivité, à la pratique physique et sportive, au vivre-ensemble, aux apprentissages individuels et en groupe, à la réalisation d'objectifs, à la conduite de projets. Ces savoir-être et savoir-faire sont à développer selon chaque APSA, à chaque niveau de classe et sur toute la scolarité. Ils doivent occuper une juste place en EPS et générer le moins de temps d'immobilité possible compte tenu des temps réels de pratique, très limités et contraints.

LA FORMATION CULTURELLE

L'EPS ici envisagée vise une formation culturelle essentielle. Comme J. Ulmann, philosophe et historien de l'EPS, nous

sommes convaincus que « l'éducation est l'action d'une culture sur une nature. »¹ La conception proposée allie donc à la fois une approche développementale et culturelle. C'est par la voie des APSA et par la combinaison de leur apports spécifiques qu'une éducation du physique est ainsi rendue possible.

Le **SNALC** est opposé à la classification absurde par champs d'apprentissage. Il propose une répartition plus pragmatique, cohérente et culturelle des APSA en 9 groupes d'activités de type : athlétique (courses, sauts, lancers), aquatique (natation), de pleine nature (CO, escalade, voile, surf, ski), gymnique (gymnastique, acrosport), artistique (danse, cirque), de raquettes (TT, Bad), de combat (judo, lutte, boxe), sportive collective (HB, BB, VB, FB, ultimate, rugby, base ball, jeux traditionnels) et d'entretien (PPG, musculation, parcours, step, relaxation, yoga).

Dans la mesure où les conditions d'enseignement le permettent, il serait profitable aux élèves qu'au moins une activité de chaque groupe soit abordée au cours des 4 années du collège. ■

(1) J. Ulmann, « Sur quelques problèmes concernant l'éducation physique », *Revue EPS*, 1966, n° 80, p. 7-11

UTILITÉ DE LA CONCEPTION ET UTILISATION DE L'OUTIL

Cette conception et cet outil, s'ils représentent une alternative et semblent se distancier des programmes actuels de l'EPS, ne sont en rien un obstacle à la bonne application de ces derniers.

Au contraire, ils s'ancrent totalement dans les finalités de la discipline qui vise à « former un citoyen lucide, autonome, physiquement et socialement éduqué, dans le souci du vivre ensemble » et « l'accès à un riche champ de pratiques, à forte implication culturelle et sociale » (*Programmes collège 2015*¹). Ils peuvent donc être parfaitement complémentaires.

Par ailleurs, ils sont centrés sur le cœur du métier. Pour le **SNALC**, les enseignants d'EPS ne sont ni des éducateurs sportifs, ni des professeurs de sport, mais bien des experts de la

motricité au service d'une éducation globale des élèves.

Il est possible que certaines programmations, par le choix des APSA et leur organisation, permettent d'emblée une bonne acquisition des savoirs moteurs essentiels et un réel développement des capacités corporelles. Mais ce n'est ni certain, ni systématique. Par l'utilisation de cet outil, cela devient réalisable. Les capacités et les savoirs moteurs ne seront plus mobilisés de façon aveugle, aléatoire ou partielle. Ils peuvent être objectivés puis volontairement recherchés et planifiés.

L'outil que nous proposons

a pour première finalité de susciter une réflexion sur cet aspect essentiel et non optionnel d'une éducation du physique qui, pour le **SNALC**, devrait redevenir une priorité disciplinaire. Il peut aussi servir de filtre, d'analyseur pour évaluer les effets des programmations d'EPS sur l'éducation du physique des élèves. Enfin, si cette perspective de formation est un enjeu pour les équipes, cet outil pourra alors s'avérer très utile. ■

(1) <https://www.education.gouv.fr/media/48461/download>

