



ACADÉMIE
DE NANTES

Liberté
Égalité
Fraternité



L'excellence en EPS

La ruée vers l'excellence !

Damien BENETEAU
Professeur d'EPS, Montreuil Juigné (49)

"Cet(te) élève est excellent(e) ! Ce numéro est excellent ! Cette performance est excellente ! Ces conditions de travail sont excellentes !". Pour atteindre l'Eldorado en Éducation Physique et Sportive (EPS), il existe plusieurs voies. Néanmoins, quels éléments permettent à cet individu, à cette création, à ce contexte d'obtenir ce compliment, cette gradation, cette conclusion ? Quels sont les étapes, les chemins, à suivre pour construire et atteindre pas à pas cette excellence sur le parcours de formation de tous les élèves ?

L'enjeu de cet article est de caractériser une démarche d'enseignement qui permet à chaque élève d'atteindre l'excellence grâce aux apprentissages en groupe. Pour cela, l'enseignant les amène à personnaliser cette notion d'un point de vue moteur et non moteur, à s'entourer et se faire accompagner pour définir les objectifs visés, et à tout mettre en œuvre pour se dépasser en s'appuyant sur des projets collectifs.



Personnaliser l'excellence¹

Quelle(s) excellence(s)?

A la rentrée scolaire 2022, le ministre de l'Éducation Nationale oriente son discours vers "une école engagée pour l'excellence, l'égalité et le bien-être"². Cette lettre incite à amener tous les élèves sur ce chemin. L'objectif pour ceux et celles qui maîtrisent facilement les compétences travaillées semble explicite et accessible. La situation paraît plus opaque pour les élèves qui n'ont pas suffisamment de temps pour leurs apprentissages. Cependant, il est certain que tous et toutes souhaitent briller et atteindre des sommets inenvisageables au préalable. L'enseignant les accompagne alors pour qu'ils et elles trouvent leur propre "mine d'or".

Contextualiser

Chaque élève est singulier. Il détermine son excellence et la positionne en fonction de son vécu, de son environnement familial, de ses appétences. Les ambitions varient et sont parfois même inappropriées en fonction de la pression parentale. L'enseignant recherche à mettre en place des projets d'apprentissage pour les amener le plus loin possible. Il vise à travers la pratique une progression au fil de l'eau. La mise en évidence des performances est aussi incontournable pour confirmer les acquisitions. Le chemin à emprunter s'appuie sur des incontournables. La notion d'excellence s'obtient à partir de postures assurées et assumées, d'acquisition des compétences travaillées, d'un vocabulaire précis et maîtrisé, d'une mise en scène réaliste pour apprécier les progrès, de rôles inhabituels sollicités, de progrès réalisés, d'une sortie de sa zone de confort, de la création d'une émotion sur soi et sur les autres.

Personnaliser

En EPS, l'apprentissage moteur spécifique dédié à une activité physique est essentiel pour ceux et celles qui recherchent la performance technique. Cependant, la confrontation est faussée par la pratique en club d'élèves plus efficaces, car entraînés, qui veulent aussi progresser. D'autres se distinguent par leur capacité à prendre les bonnes informations et les décisions. Mais les manques de repères, de représentations, de temps d'apprentissage constituent parfois des obstacles pour se sublimer. Enfin, certaines personnes se démarquent par leur capacité à fédérer autour d'eux, à travailler avec tout le monde. La répartition des rôles est alors efficace. Néanmoins, les appréhensions, les craintes, freinent ponctuellement leur progression au sein du collectif. L'objectif est donc de personnaliser les apprentissages au profit de la quête d'une excellence collective.

¹ EVAÏN (D.) « De la personnalisation à la différenciation et inversement », e-novEPS n°3, juin 2012

² NDIAYE (P.) « Lettre de rentrée 2022 », Bulletin officiel n°26, 30 juin 2022

L'excellence d'un point de vue moteur et non moteur

L'excellence collective s'envisage au niveau moteur et non moteur. L'ambition se situe dans la mise en œuvre d'apprentissages engagés, spécifiques et citoyens³.

Des enjeux moteurs

Les formes de pratique proposées permettent de retenir des enjeux de formation moteurs collectifs sans freiner l'ambition individuelle des uns et des autres. Les compétences à construire, à identifier, s'envisagent en associant deux types de réalisation : un appui sur les Objectifs Généraux (OG) des lycées⁴ ou des domaines du socle commun du collège⁵, tout en affirmant l'ambition d'apprentissages collectifs (Tab. 1):

Tableau 1 : Développer des compétences pour le collectif

Illustration à partir des textes officiels	Ambition des apprentissages collectifs
Enchaîner des actions motrices	En recherchant la complexité et l'originalité
Pratiquer en toute sécurité	En s'investissant pour soi et pour les autres
Soigner la réalisation et l'esthétisme	En tant qu'acteur et aide
Repérer les problèmes moteurs	Et anticiper les réponses collectivement
Agir pour son bien-être et sa santé	En tenant compte de la volonté des autres

Des enjeux non moteurs

Des enjeux non moteurs se construisent également collectivement en impulsant les interactions entre les différents acteurs des apprentissages: élèves, enseignant, parents. Une attention particulière est alors accordée à la précision des communications entre tous et toutes, à l'utilisation d'outils adaptés et variés (écrit, oral, numérique), à l'interdépendance des engagements dans des projets communs, à l'évolution des choix en fonction des progrès individuels et des ambitions collectives.

³ BENETEAU (D.) « Moteur ! Ça tourne ! Action ! », e-novEPS n°23, juin 2022

⁴ Programme d'enseignement du Lycée Général et Technologique, Bulletin Officiel Spécial du 22 janvier 2019

⁵ Programme de l'enseignement de l'EPS au collège, Bulletin Officiel Spécial n°11 du 26 Juillet 2015

Exceller en recherchant une virtuosité collective

L'articulation des enjeux moteurs et non moteurs permet de construire l'excellence en s'appuyant sur des projets de groupe. Ces derniers visent une progression au travers la recherche d'une virtuosité collective basée sur la performance technique, la beauté de la réalisation et l'originalité de la prestation⁶. Les étapes de progression des apprentissages visés se construisent donc en envisageant l'excellence par les émotions créées collectivement⁷.

Cibler des indicateurs pour une excellence personnalisée

Pour la quête d'une virtuosité collective créatrice d'émotions, l'enseignant construit ses enseignements en s'appuyant sur une connaissance des caractéristiques de chacun des élèves. Trois indicateurs sont potentiellement garants pour rechercher une excellence singulière au sein du groupe : plaisir, création et confiance en soi.

Prendre plaisir

La notion de plaisir est le premier garant pour personnaliser cette excellence. Elle est recherchée collectivement mais chacun la reçoit différemment⁸. Il en existe plusieurs formes qu'il est nécessaire de prendre en compte pour articuler les enjeux de formation et atteindre la virtuosité évoquée:

- le plaisir d'agir amène la recherche d'un investissement régulier du groupe ;
- le plaisir de se dépasser pour soi et pour les autres contribue à atteindre des objectifs ambitieux ;
- le plaisir de se sentir utile provoque la mise en œuvre de projets relationnels ;
- le plaisir de réussir s'appuie sur le temps pour construire chaque parcours d'élève ;
- le plaisir de vivre des émotions ensemble implique de créer et de visualiser les projets ;
- le plaisir de transmettre à d'autres aboutit à la création d'un projet cohérent socialement ;
- le plaisir propre à soi nécessite de le quantifier par rapport à une norme.

⁶ PELON (S.) « Reconnaître l'excellence », *e-novEPS* n°24, janvier 2023

⁷ PEKRUN (R.) et LINNENBRICK-GARCIA (L.), "International Handbook of Emotions in Education", 2014

⁸ BENETEAU (D.) « Et le plaisir dans tout ça ! », *e-novEPS* n°18, janvier 2020

Se produire

La création d'une réalisation est le deuxième garant pour personnaliser l'excellence. Dans tous les cas, elle recherche également la virtuosité. Il y a donc nécessité de se produire face à un public pour comprendre si la prestation proposée à plusieurs génère une émotion et aboutit à l'excellence collective envisagée. La performance technique est visualisée lors d'une prestation avec des pairs pour se comparer et ainsi provoquer le sentiment d'excellence de chacun⁹. La beauté de la prestation s'apprécie par rapport à une référence artistique qui recherche un effet sur le spectateur. Avec une réalisation collective, les interdépendances sont plus nombreuses et peuvent toucher plusieurs sensibilités au sein du groupe, mais également dans le public. L'originalité de la production permet d'attirer l'attention, de créer la surprise. L'enseignant aide le groupe en variant les formes de pratique pour provoquer des sensations inhabituelles en stimulant la curiosité de tous les élèves, y compris un public en dehors de la classe, et ainsi atteindre une excellence collective¹⁰.

S'affirmer

La recherche de confiance en soi est le troisième garant pour personnaliser l'excellence. Comme évoqué précédemment, le contexte familial est pris en compte et l'élève n'a alors pas d'autres choix que de s'ouvrir. Il s'engage, se fixe des objectifs progressifs, se fait accompagner, et le regard des autres confirme ses réussites et ses progrès¹¹. La prise de parole, l'engagement, est également un élément facilitateur pour s'affirmer et construire l'excellence. Elle se réalise au fil de l'eau, lors de toutes les étapes de l'élaboration du projet collectif (Tab. 2).

Tableau 2 : S'affirmer par une prise de parole construite collectivement

Étapes	Étape 1	Étape 2	Étape 3	Étape 4	Étape 5
Prise de parole	Élève renfermé qui parle peu.	Élève qui s'exprime sur des compétences déjà acquises.	Élève spectateur qui suit les autres.	Élève actif sur le projet qui intervient en lien avec les échanges.	Élève convaincant qui argumente dans le raisonnement.

⁹ CHEVAILLER (N.) « Naissance d'un sentiment d'excellence », *e-novEPS* n°24, janvier 2023

¹⁰ BENETEAU (D.) « Cultiver la curiosité des élèves : avoir envie, c'est être en vie ! », *e-novEPS* n°19, juin 2020

¹¹ BENETEAU (D.) « Un accompagnement interactif et personnalisé », *e-novEPS* n°14, janvier 2018



Le collectif au service de l'excellence

L'objectif est de donner du sens à des parcours singuliers pour aller au bout d'un projet commun. Le collectif est alors au service de l'excellence.

S'entourer, se faire accompagner

La personnalisation réalisée, l'enjeu est d'amener l'élève à s'entourer, se faire accompagner pour qu'il apprenne de l'autre en travaillant avec lui. Il se livre, s'extériorise, et trouve sa place quelle que soit la manière de s'appuyer sur le groupe.

L'excellence avec les autres

Lorsque les membres du groupe aident à mettre en évidence le collectif, l'excellence est atteinte avec les autres. L'objectif est de toucher en additionnant des performances techniques pour réaliser une prestation inaccessible tout seul, de fasciner par l'originalité d'un défi collectif, de faire joli en profitant de la synchronisation des prestations. Par exemple, un(e) élève à l'aise pour en porter un(e) autre debout sur ses épaules peut le réaliser avec un(e) camarade qui sait jongler à trois balles. Chacun utilise et met en avant sa singularité. L'intérêt est de permettre à l'élève d'être ambitieux(se), de porter des défis appropriés, de nourrir sa curiosité, d'être encouragé(e), d'être félicité(e) pour gagner en aisance. Ces paramètres supplémentaires contribuent à construire des repères qualitatifs, amènent chacun à s'exprimer, apportent une plus-value aux autres, construisent l'excellence collective.

L'excellence grâce aux autres

Lorsque l'accent est mis sur les autres membres du groupe, l'excellence est obtenue grâce aux autres. L'objectif est de se faire aider par l'apprentissage de différents rôles qui contribuent à faire progresser l'élève:

- le public observe des critères précis pour donner des conseils ;
- le coach accentue l'observation des paramètres d'une situation, ne focalise pas uniquement sur l'individu et donne une plus-value à l'ensemble ;
- l'agent de joueur permet de rééquilibrer le collectif des groupes constitués par l'enseignant. Il réalise des transferts équilibrés par les points forts de chacun ;
- le réalisateur trouve l'angle de vue qui met parfaitement en évidence la réalisation qui est recherchée par la situation ;
- le commentaire sportif et le compte-rendu journalistique raisonnent sur l'aspect tactique, apportent des précisions techniques et permettent un recul réflexif sur la pratique¹².

¹² DURET (S.) « L'analyse vidéo pour le lycéen », e-novEPS n° 17, juin 2019

L'intérêt est de s'entraider et d'avoir confiance en l'autre pour servir collectivement une ambition singulière et une excellence solidaire.

L'excellence par les autres

En proposant un projet adapté à l'ensemble des élèves pour que chacun y fasse sa place, l'excellence est visée par les autres. Il s'agit de rendre complémentaires et interdépendants les situations individuelles différentes pour que le groupe devienne performant en utilisant les caractéristiques de chacun. L'enjeu est alors de permettre au groupe de visualiser les différences, de les caractériser et de comprendre ce qu'elles peuvent apporter à la production finale. L'expérience envisagée est source de relations humaines positives car chacun est essentiel. L'idée est d'appréhender les échecs, de valoriser les réussites, d'assumer pas à pas et collectivement les progrès. Par exemple, le relais permet à des coureurs aux caractéristiques différentes de se mettre en projet pour réaliser une performance commune ciblée. L'élève construit une excellence caractérisée par les autres en profitant des parcours individuels¹³.

L'excellence pour les autres

L'excellence est également vécue pour les autres. L'intérêt est d'utiliser leur regard, leur vision pour se convaincre collectivement d'aller dans des directions inexploitées, pour viser des objectifs toujours plus exigeants, ou pour des projets plus axés sur les relations humaines. L'élève s'affirme dans un rôle, se surprend et profite des forces de chacun. L'enseignant aide à construire ce regard critique, en ciblant des éléments d'analyse de plus en plus complexes basés sur la performance technique à atteindre, la réalisation à embellir et l'originalité à offrir. Les bilans d'étapes orientent les points à améliorer et aident à réguler le projet. L'ensemble évolue alors et gagne en virtuosité. Cette approche amène l'excellence citoyenne et permet de gagner de la confiance en soi grâce à un projet relationnel ambitieux.

S'exposer au jugement des autres

L'élève a aussi besoin du collectif pour savoir s'il ne fait pas fausse route.
L'idée est de s'exposer au jugement pour atteindre l'excellence recherchée.

Un contexte familial essentiel

Plaire à ses proches reste une ambition incontournable pour beaucoup. L'excellence des apprentissages passe par la satisfaction personnelle ressentie associée à la fierté perçue dans les yeux des personnes qui lui sont chères. L'élève enchaîne le plaisir de progresser lors de la séance avec l'émotion perçue dans le regard de ses parents et de ses amis. Les acquisitions et les sentiments sont donc affirmés.

¹³ BENETEAU (D.) « Pour une mutualisation des expériences », e-novEPS n°15, juin 2018

Un public révélateur des émotions procurées

Le groupe classe en EPS n'est pas le seul public envisagé. La quête de l'excellence invite à sortir le cocon de sa classe. Il revient alors à l'enseignant d'EPS de permettre aux élèves de se retrouver dans un contexte préférentiel stimulant leurs sensations liées à des épreuves, des défis et des rencontres. L'association sportive (AS) apparaît comme un espace favorable pour vivre ses émotions positives au sein du collège, du lycée, voire en dehors¹⁴. Il n'est cependant pas le seul car les projets et les séjours éducatifs sportifs permettent de jauger du transfert des apprentissages et du bénéfice des acquis. Ainsi, les activités physiques amènent à une production dont la présentation est envisageable dans des contextes variés : sa classe, une autre classe, un niveau entier ou tout l'établissement via les Espaces Numériques de Travail (ENT), lors d'un spectacle de fin d'année, d'une compétition, ou face à un public de spécialistes lors de l'inscription à un concours national. Les émotions procurées prennent encore plus d'impact lorsqu'elles sont visibles hors de l'environnement proche. La prestation collective exacerbe aussi le sentiment d'excellence.



Se dépasser pour atteindre l'excellence collective

Pour atteindre l'excellence le groupe recherche à se dépasser. Il reste deux éléments à cibler : les compétences pour rechercher l'excellence autour de projets collectifs ambitieux, et les indicateurs de progrès pour se dépasser collectivement.

S'appuyer sur des projets éducatifs, sportifs, individuels et collectifs ambitieux

Pour articuler les enjeux de formation et construire l'excellence en recherchant la virtuosité, l'enseignant propose aux élèves de s'engager dans des projets éducatifs, sportifs, individuels et collectifs ambitieux. Tous les types d'enseignement en lien avec l'EPS, l'AS et les parcours éducatifs sont donc à prendre en compte:

- Un projet de séquence, d'AS ou d'option sport permet de cibler le travail sur une activité précise. Une section basket, en lien avec l'AS, est une possibilité pour travailler une virtuosité basée sur la performance technique en lien avec la gestion de ses limites (motrices, cognitives et socio-affectives). La construction de l'excellence collective est visée avec les autres pour se dépasser dans une pratique de spécialistes.

¹⁴ AVERTY (J-P.) « S'émouvoir et apprendre de l'association sportive », e-novEPS n°14, janvier 2018

- Un projet de classe peut travailler spécifiquement un champ d'apprentissage (CA). Un séjour dans les Pyrénées se construit pour focaliser sur la pratique des activités du CA2. L'enjeu de formation non moteur, la communication, favorise le travail en équipe pour répartir les rôles en fonction des différentes activités. L'excellence est dans ce cas caractérisée par les autres.
- Un projet pour le niveau troisième de l'établissement peut être imaginé. En travaillant sur un axe du projet EPS, il est possible d'organiser un concours interclasse artistique intitulé "ma classe a un excellent talent !". L'excellence citoyenne est prioritairement visée pour construire les apprentissages, mener progressivement un projet collectif ambitieux et gagner de la confiance en soi.
- Enfin un projet interdisciplinaire est imaginé pour travailler une thématique commune, comme "l'énergie sous toutes ses formes". L'excellence solidaire, grâce aux autres, se construit via la réalisation d'un défi sportif en facilitant un engagement et un suivi sportif dans et hors du collège¹⁵. Dans ce cas, les camarades et les parents deviennent des partenaires d'activités. L'enseignant s'appuie sur le rôle de coach sportif. Les élèves eux-mêmes proposent des nouvelles pratiques en EPS et alimentent le contenu des autres disciplines.

Cibler des indicateurs de progrès pour se dépasser

Des progrès visibles sur une échelle de progression

Pour chaque projet éducatif et sportif envisagé, des indicateurs de progrès sont à déterminer pour atteindre l'excellence de tous les élèves. Ils s'organisent autour des étapes de progression évoquées précédemment : s'engager, expérimenter, analyser pour adapter la pratique aux enjeux, se mettre en projet collectif, vivre et faire vivre des émotions. Parfois les indicateurs de progrès retenus sont utilisables uniquement en EPS. D'autres fois, ils s'appuient sur plusieurs types d'enseignement (Tab.3).

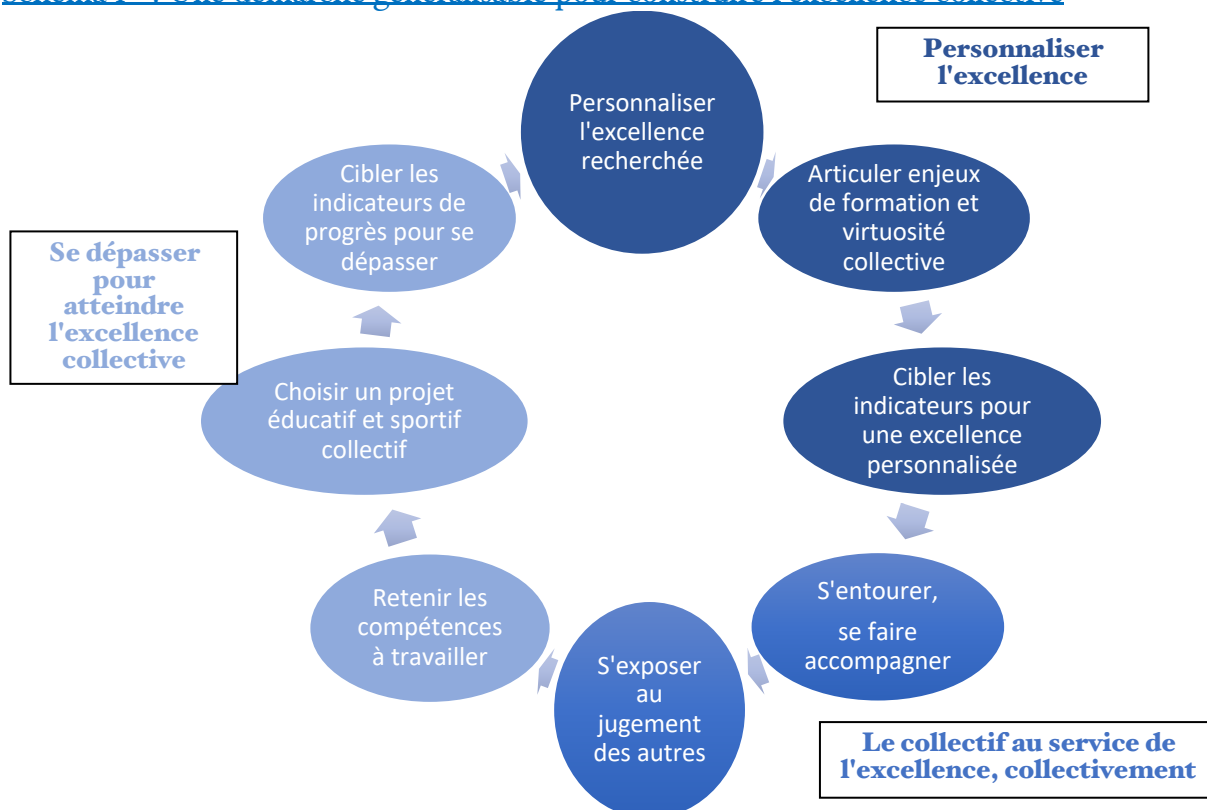
¹⁵ BENETEAU (D.) « L'engagement, entre présentiel et distanciel », e-novEPS n°22, janvier 2022

Tableau 3 : Indicateurs de progrès pour le projet "ma classe a un excellent talent !"

Etape 1	Etape 2	Etape 3	Etape 4	Etape 5
Enjeu de formation moteur: Enchaîner des actions motrices propres au CA3				
Engagement dans la pratique par groupe et affinité	Expérimenter le mélange de numéro d'une même spécialité.	Adapter la pratique pour créer en mélangeant des numéros complémentaires	Construire un numéro commun de classe. Le présenter aux proches (ENT).	Construire un numéro commun de classe. Le présenter dans un concours spectacle.
Enjeu de formation non moteur : Progresser pour gagner de la confiance en soi				
S'engage dans une pratique maîtrisée et habituelle	S'engage dans des pratiques mixtes	Prendre en compte ses ressentis pour partager sa spécificité	S'engager, tester et valider par les autres pour créer, se rassurer et évoluer	Planifier selon ses émotions pour en créer des nouvelles collectivement
Filtres d'excellence en appui				
Beauté	Beauté et performance		Beauté, performance et originalité	

Construire l'excellence en s'appuyant sur le collectif

Schéma 1 : Une démarche généralisable pour construire l'excellence collective



Damien BENETEAU, La ruée vers l'excellence

Janvier 2023 - Partie 2 - Article 2 - page 10



Conclusion

Pour atteindre l'excellence, l'enseignant d'EPS s'appuie sur une démarche d'apprentissage au travers des engagements dans des projets éducatifs, sportifs et relationnels ambitieux. Ils permettent de vivre et de faire vivre des émotions en recherchant l'excellence via une virtuosité collective basée sur la performance technique, la beauté de la réalisation et l'originalité de la prestation.

L'enseignant, avec sa classe, personnalise d'abord l'excellence selon trois indicateurs : plaisir, réalisation et confiance en soi recherchés par le groupe. Il met ensuite le collectif au service de cette excellence en proposant plusieurs façons de l'utiliser. Enfin, pour guider les apprentissages retenus, les indicateurs de progrès sont ciblés pour amener le groupe à se dépasser et atteindre une excellence qui lui est propre.