

*UNIVERSITE A/ERRAHMANE MIRA-BEJAIA*

*FACULTE DE SCIENCES HUMAINES ET SOCIALES*

*Département Des Sciences Et Techniques Des Activités Physiques Et Sportives*

# *Mémoire de fin de cycle*

*Pour L'obtention du Diplôme Master En STAPS*

*Option : Activités Physiques et Sportives Scolaire*

## **Thème**

Rôles et finalités des jeux prés sportifs pendant les séances d'éducation physique et sportive dans l'enseignement secondaire

**Présenté par**

*BOUCHOUCHA Narima*

*HAMDAD Mohamed Amine*

**Sous la direction**

*Mr: AKACHE Mokrane*

Année universitaire 2017/2018

## Remerciements

Louange à dieu, qui nous accordés la volonté et le courage d'achever ce travail.

Mes sincères remerciements :

Au **MR AKACHE** notre encadreur pour les précieux conseils qu'il nous prodigué, le temps qu'il nous consacré, l'aide et ses orientations et son soutien au cours de la réalisation de ce travail.

Toute la famille pédagogique des **STAPS**.

Nous exprimons nos vifs remerciements aux **ENSEIGNANTS D'EPS** de l'établissement qui nous a accueillies pendant la durée du stage pratique pour leurs accueils et les facilités accordée lors de distribution de questionnaires, pour toutes les connaissances remarquables qu'ils ont transmit et pour les énormes sacrifices qu'ils ont consentis et leurs orientations.

A tous ceux qui ont contribué de près ou de loin à la concrétisation de ce modeste travail.

**NARIMA, MOHAMED AMINE**

# *Dédicace*

*Grâce à Dieu que j'ai pu faire ce petit travail.*

*Ma chère mère qui m'encourageait lors de chaque départ à  
l'université, avec ses prières qui me stimule à fournir le maximum  
de ce que j'ai dans mes études.*

*A mon père qui attend avec patience les fruits de sa bonne éducation*

*A mes deux chères Frères Islam et Massi*

*Et mes deux belle sœurs, Soumia, Ibtissam et son marie Hakim*

*A tous les gens qui m'aiment*

*Ma tante Hayat et mon cher Ancel chikh Zahir grâce à lui je suis  
arrivé à ce niveau, il m'a toujours soutenu avec son sens  
d'orientation je lui dois beaucoup*

*A mes cousines Hannane, Rima, karima, sans oublier ma cher et ma  
belle cousine Sara et mes cousins abdel et mami*

*Sans oublier la femme de mon frère haizia*

*Pour ma nièce saossan et mes petits anges badrou, bimbou et  
ouassim*

*Et aussi pour tous et toutes les chères amies que j'aime surtout*

*Sakou, Ouassou, Loubna, Sissa, Mimi, soussou ....*

*A mon binôme Mohamed Amine*

*Narima*

# Dédicace

*Je dédie ce modeste travail, premièrement et avant tout  
aux :*

*Deux être les plus chers au monde et dieu le tous  
puissant ; mes parents qui grâce à eux que je suis la*

*Mon père et Ma mère*

*Et à la personne la plus chère ma sœur qui a été  
toujours à mes cotes*

*A mes cousins fateh, nassim et massi*

*A mes amis : yanis, nabil, mohand, lounis, said, massi  
et locif & A tous ce qui me connais sans exception.*

*A ma binôme Narima*

*Mohamed Amine*

# ***SOMMAIRE***

Introduction-----	1
Problématique-----	3
Hypothèse-----	4
L'objectif de la recherche-----	4
Les taches de la recherche-----	4

## ***Partie théorique***

### ***Chapitre 1 : EPS et les jeux***

1- Définition de l'EPS -----	7
2- Rôle de l'éducation physique et sportive-----	8
3-Les finalités de l'EPS -----	8
4-Les objectifs de l'EPS -----	9
4-1-Le développement et la mobilisation des ressources individuelles favorisant l'enrichissement de la motricité-----	9
4-2- L'éducation à la santé et à la gestion de la vie physique et sociale-----	9
4-3-L'accès au patrimoine de la culture physique et sportive-----	9
5-Les compétences à acquérir en EPS -----	10

5-1- Les compétences propres à l'EPS-----	10
5-2- Les compétences méthodologiques et sociales-----	10
5-3- Les compétences attendues dans les APS-----	11

## ***Les jeux***

1-Définition des jeux -----	12
2- Les différents types de jeux -----	13
2-1-Jeux d'exploration -----	13
2-2-Jeux symboliques -----	13
2-3-Jeux de construction -----	13
2-4-Jeux à règles -----	14
3-Nature des jeux -----	15
3-1-Le jeu pré-sportif -----	15
3-2- Le jeu éducatif -----	15
3-3-Le jeu spontané -----	15
3-4-Le jeu thérapeutique -----	16
4-Les Objectifs de jeu -----	16
4-1- Objectifs physiques -----	16
4-2-Objectifs techniques tactiques -----	16
4-3-Objectifs cognitifs -----	16
4-4-Objectif affectifs -----	16
5- Rôles des jeux -----	16

5-1- Aspect pédagogique -----	17
5-2- Aspect physique -----	17
5-3- Aspect psychologique -----	17
5-4- Aspect socio culturel -----	18
6- Les théories des jeux -----	18
6-1- La théorie traditionnelle des jeux 19 <sup>ème</sup> siècle -----	18
6-2- La théorie traditionnelle des jeux de 20 <sup>ème</sup> siècle -----	19
6-2-1- La théorie psychanalytique -----	19
6-2-2- La théorie behavioriste -----	19
6-2-3- Les théories cognitives -----	19
7- La place du jeu selon le code d'EPS au lycée -----	20

## ***Chapitre 2 : L'adolescence***

1-Définition de l'adolescence -----	22
2- Les différentes étapes de développement de l'adolescence -----	22
2-1-Développement physique de l'adolescence -----	22
2-1-1-Changements hormonaux et corporels -----	22
2-1-2-Maturation sexuelle -----	23
2-2-Le développement cognitif -----	23

2-3- Le développement de la socialisation -----	23
2-3-1-Dans les groupes pairs -----	24
2-3-2-Dans les groupes familiaux -----	24
3-1'adolescent et les APS -----	24
3-1 Le développement moteur et sportif de l'adolescent -----	24
4- Les bienfaits et les fonctions des APS à l'adolescence -----	25
4-1-La formation de la personnalité -----	25
4-2- Le développement de l'intelligence et des capacités d'adaptation-----	25
4-3-L'éducation sociale et spirituelle -----	25
4-4-La fonction esthétique -----	26
4-5-La fonction sociale -----	26
4-6-Fonction hygiénique, préventive et thérapeutique -----	26
4-7-Fonction développementale et éducative -----	27
5- L'Adolescent et l'EPS -----	27

## ***Chapitre 3 : La motivation***

1-définition de la motivation -----	30
2-Les types de motivation -----	30
2-1-Les motivations innées -----	30
2-2-Les motivations combinées -----	31
2-3-Les motivations apprises -----	31

4-Les indicateurs de la motivation -----	31
1-Le choix -----	32
2-La persévérance -----	32
3-L'engagement cognitif -----	32
4-La performance -----	33
6-La motivation dans la pratique des APS -----	33
7-Les effets de la motivation sur la performance sportive -----	35
7-1- L'effet directionnel et l'effet énergétique de la motivation -----	35
7-2- Le niveau optimal de la motivation -----	35
7-3- L'influence de la difficulté de la tâche -----	36
7-4- L'influence des caractéristiques de la discipline sportive -----	36

## ***Partie méthodologique et pratique***

### ***Chapitre 4 : Cadre méthodologique***

1-La tache de la recherche -----	39
2-Moyens et méthodes de la recherche -----	39
2-1-Méthode de l'analyse bibliographique et documentaire -----	39
2-2-Enquête par le questionnaire -----	39
2-1-1-La démarche qualitative -----	40

2-1-2-La démarche quantitative -----	40
2-3-La structure du questionnaire -----	40
2-4-Déroulement de l'enquête -----	40
2-5-Echantillon de la recherche -----	41
2-6-La méthode statique -----	41

## ***Chapitre 5 : Analyse et interprétations des résultats***

1-Dépouillement et interprétation des résultats des enseignants -----	43
2-Discussion générale -----	65
Conclusion -----	67
Bibliographie -----	69

**Annexe**

**Résumé**

## Liste des tableaux

Numéro	Titres	Pages
01	L'expérience professionnelle	43
02	Grade actuel des enseignants	44
03	Evaluation de déroulement de la séance d'EPS	45
04	Le jeu pré-sportif et l'attention des élèves	46
05	L'intégration des jeux dans les séances d'EPS	47
06	Test de khi-deux (QN05) Pour tester la signification des différences en faveur de la valeur la plus fréquente	47
07	Le sport préféré pour l'utiliser les jeux	48
08	L'importance et la place des jeux dans les séances d'EPS	49
09	Places des situations de jeux par rapport à la séance	50
10	Test de khi-deux (QN8) Pour tester la signification des différences en faveur de la valeur la plus fréquente	50
11	Le but de l'utilisation des jeux pré-sportifs	52
12	Test de khi-deux (QN°9) Pour tester la signification des différences en faveur de la valeur la plus fréquente	52
13	L'effet de jeu sur l'objectif de la séance	53
14	Test de khi-deux (QN°10) Pour tester la signification des différences en faveur de la valeur la plus fréquente	53
15	Le volume horaire pour les situations de jeux	55
16	Le nombre des situations de jeux dans la séance d'EPS	56
17	Test de khi-deux (QN 12) Pour tester la signification des différences en faveur de la valeur la plus fréquente	56
18	Les élèves qu'ils sont intéressé par les jeux	57
19	Les jeux sont importants pour quelque genre d'élève	58
20	Test de khi-deux (QN 14) Pour tester la signification des différences en faveur de la valeur la plus fréquente	58
21	La progressivité dans l'utilisation des jeux dans la séance d'EPS	59
22	Test de khi-deux (QN 15) Pour tester la signification des différences en faveur de la valeur la plus fréquente	59
23	Le jeu permettre une meilleure motivation	60
24	Le bilan de séance de jeu	61
25	Test de khi-deux (QN 17) Pour tester la signification des différences en faveur de la valeur la plus fréquente	61
26	La participation des élèves à la séance du jeu	62
27	Test de khi-deux (QN 18) Pour tester la signification des différences en faveur de la valeur la plus fréquente	62
28	Les interactions inter-élèves pendant les situations de jeux	63

<b>29</b>	Test de khi-deux (QN 18) Pour tester la signification des différences en faveur de la valeur la plus fréquente	<b>63</b>
-----------	--	-----------

## Liste des figures

<b>Numéro</b>	<b>Titres</b>	<b>Pages</b>
<b>01</b>	Représentation graphique de depuis quand exercer les enseignants dans le domaine d'enseignement	<b>43</b>
<b>02</b>	Représentation graphique de grade actuel des enseignants	<b>44</b>
<b>03</b>	Représentation graphique de l'évaluation de déroulement de la séance d'EPS	<b>45</b>
<b>04</b>	Représentation graphique de jeu pré-sportif et l'attention des élèves	<b>46</b>
<b>05</b>	Représentation graphique l'intégration et l'utilisation des jeux dans les séances d'EPS	<b>47</b>
<b>06</b>	Représentation graphique le sport préféré pour l'utiliser les jeux	<b>48</b>
<b>07</b>	Représentation graphique de l'importance et la place des jeux dans les séances d'EPS	<b>49</b>
<b>08</b>	Représentation graphique les situations de jeux par rapport à la séance	<b>51</b>
<b>09</b>	Représentation graphique le but de l'utilisation des jeux pré-sportifs	<b>52</b>
<b>10</b>	Représentation graphique l'effet de jeu sur l'objectif de la séance	<b>54</b>
<b>11</b>	Représentation graphique le volume horaire accordé aux situations de jeux	<b>55</b>
<b>12</b>	Représentation graphique le nombre des situations de jeux dans la séance d'EPS	<b>56</b>
<b>13</b>	Représentation graphique les élèves qu'ils sont intéressé par les jeux	<b>57</b>
<b>14</b>	Représentation graphique les jeux sont importants pour quelque genre d'élève	<b>58</b>
<b>15</b>	Représentation graphique la progressivité dans l'utilisation des jeux dans la séance d'EPS	<b>59</b>
<b>16</b>	Représentation graphique le jeu permettre une meilleure motivation	<b>60</b>
<b>17</b>	Représentation graphique le bilan de séance de jeu	<b>61</b>
<b>18</b>	Représentation graphique la participation des élèves à la séance du jeu	<b>62</b>
<b>19</b>	Représentation graphique les interactions inter-élèves pendant les situations de jeux	<b>64</b>

# ***Introduction***

### **Introduction**

Le jeu est une activité indispensable au développement psychique et physique d'un élève. En ce sens, c'est une activité qui doit être prise très au sérieux par les parents et les éducateurs qui souhaitent le développement harmonieux de la personnalité de leur enfant.

Afin d'entamer notre modeste recherche et pour savoir ce que le jeu représente pour l'apprentissage et la dynamique des groupes et mettre en évidence la conception des enseignants par rapport à ce sujet, on a divisé notre travail en deux parties.

La première partie de l'analyse bibliographique est divisée en trois chapitres :

Le premier chapitre est consacré pour les définitions d'EPS et les jeux pour préciser la nature de l'EPS, ses finalités, et ce qu'elle peut apporter pour l'élève, car c'est à base de ces considérations que ces contenus peuvent être mise en place.

Le deuxième chapitre évoque le sujet de l'adolescence et ces différents concepts présentés souvent comme phase très sensible et source de plusieurs perturbations pour l'élève.

L'autre concept psychologique important dans le processus enseignement apprentissage et la motivation, et la compréhension de ses mécanismes et mode de fonctionnement plus particulièrement pour les élèves de ce stade facilite énormément la tâche de l'enseignant.

La deuxième partie de notre recherche concerne la méthodologie, l'analyse et l'interprétation des résultats de recherche.

La méthode qui semble la plus appropriée au sujet et aux objectifs de l'étude est la méthode exploratoire utilisant la technique du questionnaire comme outil de recherche, et qui touche un échantillon composé de quarante enseignants secondaires

L'analyse des résultats se base sur la comparaison des pourcentages des différentes réponses pour sortir avec des constats, mais aussi le test khi-deux qui va nous permettre de vérifier la signification des différences enregistrées.

# *Problématique*

### Problématique

L'EPS consiste principalement à des enseignants qui participent à l'amélioration et la réparation des capacités psychomotrices de l'enfant et de jeune au milieu éducatif. Il contribue donc au développement de l'individu sur les différents aspects, pour une meilleure intégration physique et sportive qui vise de fait, le développement des valeurs culturelles et morales ainsi que le sens de coopération et de responsabilité.

L'enseignement de l'éducation physique et sportive est obligatoire à tous les paliers de l'éducation nationale. Motiver les élèves à la pratique de l'EPS constitue l'un des plus grands défis de l'enseignant actuellement. En effet la massification du public scolaire et l'hétérogénéité des profils qui l'accompagnent impliquent dans le contexte de l'école qu'une même activité peut paraître passionnante pour certains et ennuyeuse pour d'autres selon le rapport que l'on entretient avec elle, et ce rapport est fortement influencé voire déterminé par la relation humaine, la relation pédagogique et la manière d'être de l'enseignant.

Les éducateurs mettent en places des situations d'apprentissage moteur basé sur les jeux pré-sportif pour développer leur motivation à la pratique du sport à fin d'avoir de bon rendement et effet sur l'apprentissage des différentes capacités psychomotrice intellectuelle et motivationnel chez les élèves.

Les jeux font partie du quotidien des enseignants d'EPS, dans la préparation de leurs leçons, les enseignants usent de divers stratagèmes pour donner une forme ludique aux tâches qu'ils proposent, ils recherchent des dispositifs à la fois agréable et efficaces,

Selon Mr GASTON MILARET (1979) : le jeu permet à l'enfant d'explorer et de développer les capacités naissantes quelle soit psychomotrices ou cognitives ou bien même socio-affectives.

Notre recherche consiste à définir les avantages que les jeux amènent dans les séances d'EPS au lycée. De ce fait nous avons posé la question suivante :

➤ **Quel est l'impact des jeux dans la séance d'EPS ?**

**Les hypothèses de la recherche :**

- Les jeux pré-sportifs favorisent bien les progrès des apprentissages.
- Ces jeux pré-sportif avec son caractère ludique permet d'améliorer nettement la motivation des élèves.
- Les jeux pré-sportifs peuvent améliorer la qualité des relations inter-élèves.

### **L'objectif de la recherche**

- Recenser les biens qui peuvent être apportés par les jeux pendant les séances d'EPS
- Comprendre les stratégies éducatives des enseignants sur le terrain par rapport aux jeux.

### **Les taches de la recherche :**

Afin d'atteindre l'objectif fixé nous nous somme assigné les taches suivantes :

- a)- prendre le temps consacré au jeu dans chaque séance et le type de jeu
- b)- prendre l'objectif de la séance et sa relation avec le jeu
- c)- définition de la place et de l'importance du jeu par des enseignants d'EPS

# *Partie théorique*

***Chapitre 1***  
***L'EPS et les jeux***

## L'EPS

### 1- Définition :

L'éducation physique est une discipline d'enseignement, elle est une pratique professionnelle. Qu'elle utilise des théories scientifiques ou des discours rationnels ne fait pas d'elle, spontanément, une science et les tentatives de création d'une science de l'éducation physique n'ont en rien concurrencé la discipline scolaire. **(Sarremejane, 2004)**

Comme discipline d'enseignement, l'EPS, permet l'acquisition de connaissances et la construction et savoir permettant la gestion de la vie physique aux différents âges de son existence, ainsi que l'accès au domaine de la culture que constituent les pratiques sportives. **(Pineau, 1990)**

**Selon Milaret** « c'est une discipline incluse dans les programmes d'enseignement, grâce à laquelle l'élève développe et entretient particulièrement ses conduites motrices et corporelles » **(Milaret, 1979)**

L'éducation physique est une pratique d'intervention, qui recherche une influence sur les conduites motrices des participants en fonction de normes éducatives implicites ou explicites. **(Parlebas, 1981)**

**Selon E. LOISEL**, « l'éducation physique et sportive a pour objectif de libérer toutes les énergies du corps humaine puis de les coordonner, de les discipliner afin d'améliorer la santé de l'enfant, de le rendre plus fort, plus droit, plus courageux, plus beau et préparer son bonheur, d'accroître sa puissance sur le monde matériel et améliorer le rendement quantitatif et qualitatif de son action humaine. »

L'éducation physique ne se limite toutefois pas à la formation des aptitudes physiques et transcende la dimension purement récréative, la participation à de nombreuses activités Physiques procure une connaissance et une idée des principes et des concepts tels que les « règles du jeu », le fair-play et le respect, la prise de conscience tactique et physique ainsi que la prise de conscience sociale liée à l'interaction personnelle et à l'effort d'équipe dans de nombreux sports. **(L'éducation physique et le sport à l'école en Europe, 2013)**

Des objectifs qui vont au-delà de l'éducation physique comme la bonne santé, l'épanouissement personnel complet et l'inclusion sociale ajoutent à l'importance d'inclure cette matière dans les programmes scolaires. **(L'éducation physique et le sport à l'école en Europe, 2013)**

## 2- Rôle de l'éducation physique et sportive (EPS) :

Au sein de l'ensemble des disciplines d'enseignement, l'EPS occupe une place originale où le corps, la motricité, l'action et l'engagement de soi sont au cœur des apprentissages. Elle offre ainsi une complémentarité aux autres enseignements et assure l'indispensable équilibre du temps scolaire. En proposant une activité physique régulière, source de bien être, elle favorise l'acquisition d'habitudes de pratiques nées souvent du plaisir éprouvé, et contribue à la lutte contre la sédentarité et le surpoids. Elle participe ainsi à l'éducation à la santé. Le traitement des activités physique propose aussi des pratiques respectant les conditions de sécurité et permettant d'apprendre aux élèves la gestion du rapport « risque / sécurité ». **(Bulletin officiel spécial n° 6 du 28 août 2008)**

Les activités physiques et sportives constituent un facteur essentiel d'équilibre, de santé, d'épanouissement du citoyen et un élément fondamental de culture. Elles concourent au développement des valeurs essentielles pour l'avenir de la nation : la liberté, la responsabilité, la connaissance, le goût de la création le sens de la fraternité et de l'effort.

D'après **(Garsault, 1979)**, l'éducation physique et sportive n'est pas l'éducation du corps, elle participe par le moyen des activités spécifiques à l'éducation intégrale ; c'est-à-dire qu'elle doit s'insérer harmonieusement dans l'action éducative d'ensemble, et qu'elle constitue une responsabilité majeure pour l'éducation. Il importe donc que l'instituteur soit chargé d'enseigner l'éducation physique et sportive en même titre que les mathématiques ou les disciplines d'éveil.

Donc, l'éducation physique et sportive doit contribuer à former des hommes capables, en s'adaptant aux conditions de la vie moderne, de réaliser leur plein épanouissement sur le plan personnel et plan physique.

## 3- Les finalités de l'EPS :

Chaque étape de la scolarité apporte sa contribution à l'ambition d'une formation complète, équilibrée et cohérente.

Au lycée, les élèves se déterminent, approfondissent leurs apprentissages et affinent leurs réponses dans un nombre plus réduit d'APS. Ils gagnent en autonomie pour bâtir des projets d'action, de jeu, de transformation ou d'entraînement adaptés à leurs possibilités. Ils s'approprient les conditions d'entretien et de développement de leurs ressources en vue de poursuivre une pratique physique régulière hors de l'école et tout au long de leur vie.

D'après **LAMOTTE, 2004**, « *les finalités de l'éducation physique et sportive est de former, par la pratique des APS, un citoyen cultivé, lucide, autonome. Ce citoyen est responsable de la conduite de sa vie corporelle pendant la scolarité et tout au long de la vie* ».

Donc les finalités assignées au système éducatif sont de :

-développer la personnalité ;

-élever le niveau de formation ;

-insérer l'élève dans la vie sociale, lui permettre d'exercer sa citoyenneté ;

-former des femmes et des hommes de demain en mesure de conduire leur vie personnelle, civique et responsabilité et capable d'adaptation, de créativité et de solidarité. (VINCENT Lamotte. 2007).

#### **4- Les objectifs de l'EPS :**

D'après **Bulletin officiel spécial n° 6 du 28 août 2008**, pour tous les élèves et par la pratique scolaire des activités physiques, sportives, elle vise, en les articulant, les objectifs suivants :

##### **4-1- Le développement et la mobilisation des ressources individuelles favorisant l'enrichissement de la motricité :**

Le développement des ressources doit faire l'objet d'une attention particulière au moment où l'élève, fille ou garçon, subit des transformations morphologiques, physiologiques et psychologiques importantes. Toutes les activités physiques du programme permettent le développement et la mobilisation des aptitudes et ressources de chaque élève, éléments déterminants de sa réussite, de son aisance et de l'estime qu'il a de lui-même.

##### **4-2- L'éducation à la santé et à la gestion de la vie physique et sociale :**

La prise en compte de la santé doit s'envisager dans plusieurs dimensions : physique, psychique, sociale. Progressivement, le collégien doit apprendre à connaître son potentiel, à acquérir le goût de l'effort et des habitudes de vie liées à l'entretien de son corps, à organiser ses pratiques, à prendre en charge sa sécurité et celle des autres. Il doit aussi s'approprier les codes sociaux lui permettant d'établir de bonnes relations aux autres et de respecter l'environnement. A l'adolescence, au moment où le jeune, en quête d'identité, est susceptible d'adopter des comportements à risques, l'EPS peut l'aider à prendre conscience de l'importance de préserver sa capitale santé.

##### **4-3- L'accès au patrimoine de la culture physique et sportive :**

L'élève doit vivre des expériences corporelles variées et approfondies. Il accède ainsi à une culture raisonnée, critique et réfléchie des APS. Cet apprentissage se fait au travers de pratiques scolaires issues des pratiques sociales, aménagées en fonction des

impératifs éducatifs. L'acquisition de compétences et de valeurs permet au collégien de se situer au sein d'une culture contemporaine.

## **5- Les compétences à acquérir en EPS :**

D'après **Bulletin officiel spécial n° 6 du 28 août 2008**, les contenus de l'enseignement de l'EPS s'organisent autour de deux ensembles de compétences. Ceux-ci s'articulent et interagissent constamment dans la pratique :

### **5-1- Les compétences propres à l'EPS :**

Pour le collège, compte tenu des caractéristiques et des spécificités des élèves, quatre compétences propres à l'EPS sont retenues.

-Réaliser une performance motrice maximale mesurable à une échéance donnée : Réaliser et stabiliser une performance mesurée dans le temps ou l'espace, à une échéance donnée, en utilisant au mieux son potentiel, dans un milieu terrestre ou aquatique, standardisé ou normé, en sachant s'investir et persévérer quel que soit le type d'effort.

- Se déplacer en s'adaptant à des environnements variés et incertains : Réaliser, maîtriser et adapter un déplacement, en faisant des choix d'itinéraires, dans un milieu plus ou moins connu, plus ou moins varié, situé en pleine nature ou en condition similaire, nécessitant de s'engager en sécurité dans le respect de l'environnement.

- Réaliser une prestation corporelle à visée artistique ou acrobatique : Concevoir, produire et maîtriser une prestation devant un public ou un jury, selon un code ou des règles de scène en osant se montrer et s'assumer.

- Conduire et maîtriser un affrontement individuel ou collectif : Rechercher le gain d'une rencontre, en prenant des informations et des décisions pertinentes, pour réaliser des actions efficaces, dans le cadre d'une opposition avec un rapport de forces équilibré et adapté en respectant les adversaires, les partenaires, l'arbitre.

### **5-2- Les compétences méthodologiques et sociales :**

En référence au socle commun et compte tenu des caractéristiques et spécificités des collégiens, quatre compétences méthodologiques et sociales sont identifiées.

- Agir dans le respect de soi, des autres, et de l'environnement par l'appropriation de règles.

- Organiser et assumer des rôles sociaux et des responsabilités par la gestion et l'organisation des pratiques et des apprentissages : installer, utiliser, ranger du matériel, recueillir des informations, travailler en équipe, et s'entraider.

- Se mettre en projet par l'identification, individuelle ou collective des conditions de l'action, de sa réussite ou de son échec pour élaborer un projet d'action et le mettre en œuvre, raisonner avec logique et rigueur, apprécier l'efficacité de ses actions, développer sa persévérance.
- Se connaître, se préparer, se préserver par la régulation et la gestion de ses ressources et de son engagement en sachant s'échauffer, récupérer d'un effort, identifier les facteurs de risque, prendre en compte ses potentialités, prendre des décisions adaptées, maîtriser ses émotions, apprécier les effets de l'activité physique sur le corps humain, s'approprier des principes de santé et d'hygiène de vie.

### **5-3- Les compétences attendues dans les APS :**

Pour construire les compétences du programme, il est nécessaire de s'appuyer sur des activités physiques, sportives et artistiques. Pour chaque APSA, des acquisitions, appelées compétences attendues sont définies. Chaque compétence attendue s'inscrit dans l'une des quatre compétences propres à l'EPS et mobilise plusieurs compétences méthodologiques et sociales.

- Les connaissances : Renvoient aux informations que doit s'approprier l'élève sur les activités physiques, sur sa propre activité ou celle d'autrui. Il s'agit principalement de règles, de principes, de repères.
- Les capacités : Renvoient à la mise en œuvre des connaissances, à l'activité de l'élève et à la mobilisation des ressources pour agir. Il s'agit principalement d'habiletés, de techniques, de savoir-faire.
- Les attitudes : Renvoient à l'engagement et aux comportements que l'élève doit avoir dans ses relations à lui-même, aux autres et à l'environnement et sont sous-tendues par des valeurs qu'il convient d'acquérir et d'installer.

## Les jeux

### 1-Définition des jeux :

Selon le dictionnaire **LAROUSSE** le jeu est défini comme étant une activité physique où intellectuelle visant au plaisir, à la distraction de soi et des autres. Le jeu est aussi récréation et divertissement.

**HOMO LUDENS (1973)**, Considère le jeu comme une activité volontaire dans certaines limites fixées de temps et de lieu, suivant une règle librement consentie et complètement impérieuse pour vue d'une fin en soi, et d'une conscience d'être autrement que dans la vie quotidienne.

**HENRI LAMOUR (1986)**, Poursuit dans le même contexte : « Le jeu à des caractéristiques spécifique qui le tendent où qui le distinguent des autres activités (travail, sport, rêveries...) ». On parle de fiction de volonté consciente et de plaisir.

Il est tout simplement comme étant la réalisation spontanée d'un besoin d'activités librement extérioriser et qui s'accompagne de plaisir.

**JOSEF LEIF (1980)** : « Définit le jeu par rapport au travail considéré comme activité obligée et contrôlée ; le jeu est une activité gratuite fermé sur elle-même, en ceci qu'elle est déclenchée par une motivation intrinsèque forte et par des stimulations extérieures pour se poursuivre, mais le jeu n'apparaît que lorsque les besoins fondamentaux sont satisfaits et en dehors des toutes contraintes. Pourtant le joueur peut introduire dans le jeu une structure contraignante, qui varie parfois fortement de l'individu à l'autre, mais l'essentiel est qu'elle soit librement élaborée et au moins acceptée.

Toutefois poursuit **J. LEIF** : le jeu permet à l'enfant d'explorer et de développer ces capacités qu'elles soient psychomotrices, cognitives où socio-affectives, le jeu possède donc une fonction formatrice manifeste et il paraît être ainsi un enrichissement pour la vie de chaque enfant car il est d'abord activité de corps dont il l'expression première et dérivée, sous toutes ses formes, celle de l'énergie du geste, de mouvement de l'action ajustée à l'intention ou à l'idée de l'adresse. Par là le jeu est source de production naturelle de l'enfant.

Le jeu constitue ainsi un essai sans risque parce qu'il vise au remplacement d'une situation non conventionnelle par une situation conventionnelle (ludique) d'une part et qui dit à la source de peine physique autant que joie morale.

## **2- Les différents types de jeux :**

**JEAN PIAGET** distingue quatre sortes de jeux, les jeux d'exercices (au début du stade sensori-moteur entre 0 et 2 ans), les jeux symboliques (2 à 7 ans), les jeux à règles (à partir de 4 ans) et les jeux de construction. (S. Minet, et al. 2004, p.13)

### **2-1- Jeux d'exploration**

Les jeux d'exploration sont des jeux libres. Ils sont effectués hors de tout guidage direct de l'adulte et ne répondent à aucune règle particulière, à aucune fonction utilitaire.

L'enfant joue pour le simple plaisir de jouer. Il construit son propre cheminement de découverte pour interagir avec son environnement matériel et social. Il « apprend » cet environnement, notamment les objets et leurs propriétés, au travers de l'ensemble de ses perceptions sensorielles. Il découvre et entraîne son pouvoir d'agir sur les choses et sur ses proches en se confrontant aux réactions qu'il suscite. Il développe ainsi ses capacités motrices et ses capacités à agir sur le monde.

Ils caractérisent principalement deux grandes catégories de jeux :

- les jeux d'exploration, dans les situations de découvertes.
- les jeux d'exercice, par la répétition d'une action pour en tester les effets.

### **2-2- Jeux symboliques**

Appelé aussi jeu d'imitation, de « faire semblant », « de fiction », de « faire comme si », la fonction symbolique traduit la capacité d'évoquer des objets, des comportements ou des situations non visibles (cachées, hors de portée visuelle, vécues auparavant), au moyen de symboles ou de signes. Le jeu symbolique est une manifestation de la fonction symbolique. Il apparaît entre 18 mois et 2 ans, lorsque l'enfant commence à faire semblant d'exécuter une action de sa vie, en dehors de son contexte (semblant de dormir, de manger, etc.). L'imitation différée lui permet ensuite d'évoquer un modèle absent (action, mère, père, personnage, animal...). Il s'accommode ainsi de la réalité en l'imitant telle qu'il la perçoit. Le processus se poursuit par des jeux de « faire semblant », au cours desquels l'enfant attribue lui-même des rôles aux objets et aux personnages qu'il s'invente ou qu'il manipule. Il assimile ainsi la réalité. Apparaissent ensuite des scénarisations de plus en plus complexes, ce processus permet à l'enfant de résoudre ses conflits internes pour une adaptation harmonieuse au monde dans lequel il évolue. Il y développe une « conscience de l'autre » soutenue par le recours au langage.

### **2-3- Jeux de construction**

Ils sont appelés jeux d'assemblages, de fabrication, de manipulation, suivant les auteurs. Le jeu de construction consiste à organiser, réunir ou assembler différents

éléments afin de réaliser un nouvel ensemble à plat ou en volume. Les différents éléments peuvent être juxtaposés, empilés, emboîtés... mais aussi assemblés par des dispositifs de liaison fixes ou autorisant des mouvements d'une pièce par rapport à une autre.

L'enfant utilise du matériel pour construire ou créer des objets – pâte à modeler, briques, planchettes, blocs à assembler sans ou avec emboîtement ou dispositif de liaison, puzzles, dessins, productions...

- Il réalise selon ses propres choix ou selon des directives, au moyen de matériel diversifié tant dans la forme que la matière ou les propriétés. L'expérience concrète de ses capacités créatrices contribue à construire son identité individuelle et au sein du groupe. L'enfant se confronte au monde physique et aux lois qui le gouvernent pour y acquérir de premiers savoirs. Il développe des habiletés et des stratégies pour mettre en adéquation son environnement avec ses projets.

## **2-4- Jeux à règles**

Les jeux à règles sont divers et regroupent les jeux de coopération, de hasard, d'adresse et de compétition. Ils activent chez les joueurs des habiletés sensori-motrices (jeux sportifs, courses, billes, ...) ou cognitives (cartes, jeux de société divers...). On peut définir deux catégories de jeux à règles : les jeux à règles spontanées, c'est-à-dire s'établissant au fur et à mesure du jeu et les jeux à règles transmises (institutionnelles, de générations en générations) comme les jeux de billes, le jeu de l'oie, les échecs ... Les règles des jeux peuvent être plus ou moins complexes et plus ou moins indépendantes de l'action et peuvent porter sur des raisonnements, des combinaisons logiques, des hypothèses, des stratégies et des déductions intériorisés.

L'enfant joue avec ses pairs en se conformant à un cadre commun qui peut être fixe ou négocié. Il apprend à adapter ses conduites sociales et à mettre en œuvre des stratégies au service de projets ou d'objectifs. Il y développe ses capacités réflexives dans l'analyse de ce qu'il a fait et dans l'anticipation de ce qu'il envisage de faire. Il se construit une culture des jeux, notamment par transmissions intergénérationnelles et entre pairs.

Ces quatre formes de jeux cohabitent (à 6 ans, par exemple, un enfant peut jouer des quatre façons). Les jeux à règles sont les seuls à subsister à l'âge adulte (sport, cartes, échecs, ...), c'est ce dernier type de jeux qui nous intéresse étant donné qu'on retrouve les jeux de coopération ou de compétition (d'oppositions) qui sont des données fondamentales des jeux sportifs.

### **3- Nature des jeux :**

#### **3-1- Le jeu pré-sportif :**

Se fait où est utilisé dans la partie préparatoire de la séance, il est donc un moyen d'échauffement collectif et individuel, mais suivant le thème et l'objectif de la séance, aboutissant à une motivation des élèves ainsi qu'à l'orientation concernant les objectifs des séances, selon **DOBLER (1966)**, il est comme étant une série d'actions gaies amusantes qui développent les capacités physiques et intellectuelles, et cela partant d'une idée où d'une tâche de jeu et cela encore d'une manière animatrice et amusante.

Souvent les jeux pré-sportifs ont un caractère compétitif sans avoir des règles difficiles dans les quelles exaltent des intensités du jeu qui sont définitivement fixées comme dans la case des jeux collectifs.

Le jeu pré-sportif a deux conceptions, préparation et motivation

- La préparation : Du fait qu'un jeu P.P.S est une activité physique donc, un moyen d'échauffement qui développe la capacité physique, procure des connaissances sur le plan technico-tactique et prépare l'organisme à un prochain effort physique et psychique.
- La motivation : c'est d'abord la tension qui met en mouvement l'organisme jusqu'à ce qu'il l'ait assoupli et regroupé où recouvre son intégrité. A cet effet le jeu pré-sportif sert d'excitant extérieur, il sollicite les réflexes, à la concentration et l'attention.

#### **3-2- le jeu éducatif :**

Il développe l'esprit d'observation et de coopération chez les jeunes et favorise la sollicitation et le sens d'organisation. C'est pourquoi l'école active, prend en considération le jeu dans la fonction éducative.

#### **3-3- le jeu spontané :**

Il représente l'essentiel dans l'activité psychomotrice du jeune enfant. Il est donc son premier moyen d'expression par des gestes appartenant gratuits.

Les tous petits se livrent au travail extrêmement important d'apprentissage de la maîtrise du réel, en suite le jeu se tourne plutôt vers l'apprentissage de la maîtrise de soi et la maîtrise sociale. Il préfigure les conduites des adultes.

### **3-4- le jeu thérapeutique :**

Il est utilisé également en psychothérapie chez l'enfant, il sert d'abord au diagnostic. En effet l'enfant ne sait guère exprimer ses conflits par paroles, mais les révèle clairement dans ces activités ludiques (dessins, jeux...); chez l'adulte, l'utilisation du jeu thérapeutique est dans le but d'occuper le malade mental, puis pour favoriser peu à peu la réinsertion dans la collectivité.

### **4-Les objectifs de jeu :**

Chaque jeu comporte plusieurs rôles et objectifs dans tous les aspects, que ces soient physiques psychiques, techniques, tactiques, affectifs, cognitifs.

#### **4-1- Objectifs physiques :**

Le fait que le jeu est une activité physique donc fournit un certain effort qui joue le rôle de préparation de l'organisme « échauffement », et aussi développe la capacité et le rendement du joueur (force – vitesse – endurance).

#### **4-2- Objectifs techniques tactiques :**

Tous les jeux sportifs sont tirés d'une réalité sur le terrain, et les élèves essayent de s'adapter avec le jeu donné. C'est cela qui le rend très efficace surtout chez les enfants, du fait qu'ils apprennent sans se rendre compte.

#### **4-3- Objectifs cognitifs :**

Le jeu est une sorte d'introduction dans une discipline sportive donc c'est une acquisition ou bien une prise de conscience du déroulement d'une discipline (connaissance des règles, des spécificités et toutes les caractéristiques du jeu et de la discipline concernée).

#### **4-4- Objectif affectifs :**

Par le jeu on a tendance à développer l'esprit de compétition, l'esprit de groupe et d'entraide, la force de vaincre et la volonté dans le travail, ainsi que la confiance en soi, et la sensation de la responsabilité dans le groupe.

### **5- Rôles des jeux :**

Comme on l'a signalé dans les généralités sur les jeux, on a démontré l'utilité et l'importance de jeu aussi bien sur le plan éducatif et social que sur le plan physique et mental.

### **5-1- Aspect pédagogique :**

L'enseigné se sent par le jeu libéré des contraintes du règlement mais il contribue même à l'élaboration d'un code du jeu, donc il conduit l'enfant à s'auto-découvrir, en cela il faut bien prendre conscience du fait que la fonction du jeu est auto-éducative.

Cependant le jeu offre aux pédagogues à la fois le moyen d'une meilleure connaissance de l'enfant et celui d'un renouvellement de méthodes pédagogique, car comme a dit **Mr SCHWEBEL (1973)** « Etablir un échange avec les enfants, et les amener à exprimer leurs propres hypothèses sur les objectifs et les êtres humains, est un art ».

Et ce par l'étendue qu'il confère à la communication entre élèves et entre maîtres et élèves qui s'en trouve parfois plus large par le jeu que par le langage verbal ; le jeu comme facteur qui développe l'intelligence peut se traduire par le plaisir que prouve le jeu, incite l'enfant à solliciter sa faculté, en vue de s'adapter à cet environnement et de choisir des moyens nouveaux pour la réalisation de son plaisir, quand le joueur se trouve dans une situation de jeu, il cherche après une solution motrice qui soit la plus juste et ça influe sur ses sensations tactiles, donc le jeu est un moyen pour s'auto-évaluer et de tester ses aptitudes.

### **5-2- aspect physique :**

Un jeu sportif n'est tout autre qu'une activité physique, et de ce fait il influence sur le développement de cette capacité à travers bien sur les exercices et les mouvements rapides, les changements de directions et de position. Il vise à l'amélioration des capacités physiques (endurance, vitesse, force, souplesse ...) et les capacités psychomotrice (coordination neuromusculaires) ; l'enfant peut acquérir et maîtriser les techniques sportives suivant et l'objectif de chaque jeu et améliore sa coordination entre les gestes, et la tactique du jeu, par les répétitions des mouvements, et la correction par l'enseignant où par soi (une autocorrection).

### **5-3- aspect psychologique :**

Le jeu joue un grand rôle sur cet aspect, surtout chez l'adolescent qui a subi des transformations organiques profondes qui ont modifié sa morphologie et sa sensibilité par le jeu, il trouve le moyen d'être plus attentif, plus volontaire, et ça développe en lui sérieux et la motivation.

**PIGOT MICHEL** intervient dans ce cadre en disant que le jeu prélude au sport est une école de la personnalité pour les enfants. La paresse là l'oisiveté et tous les vices si naturels aux enfants disparaissent dans leurs jeux où on les retrouve vifs amoureux des règles et de la symétrie.

Selon la psychanalyse, le jeu réalise les désirs de l'enfant, il est un moyen d'ouverture de sa personnalité ; **A.F. PETRSEN** insiste sur cette dernière phrase citée ci-dessus en disant que les enfants qui petits n'ayant pas la possibilité de jouer pour une raison ou pour une autre tente par la suite à développer divers troubles du comportement tels que stéréotypie-phobies (refus d'apprendre) ...

#### 5-4- aspect socio culturel :

Le jeu est le processus pour l'intégration de l'individu dans la société d'une part, il permet à la personne de prendre des rôles dans l'activité et de s'intégrer dans le groupe sur tout pour les jeunes enfants. Sur cette idée on dit que dans un deuxième temps, il succède au jeu organisé.

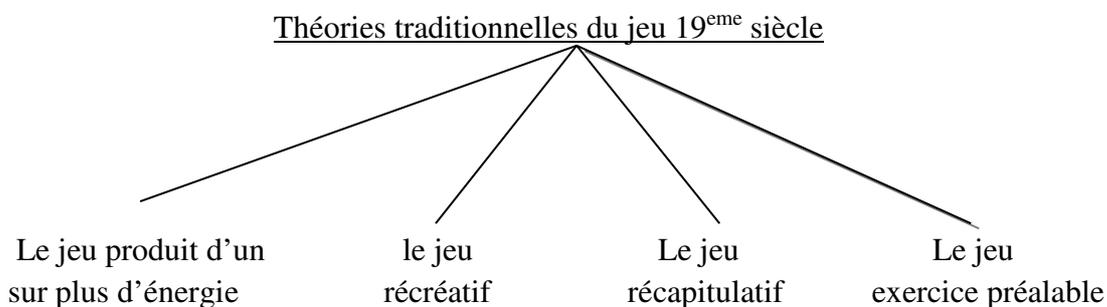
D'une autre part le jeu nous informe sur les caractéristiques de chaque société. Après une analyse des jeux d'une certaine région, on pourra lire et décrire cette société, sur sa culture, ses traditions et même sur son histoire et son passé.

**J.VAN, NEUMAN (1984)** affirme sur ce point, que les pratiques et les objectifs ludiques sont infiniment variés et profondément marqués par les spécificités ethniques et sociales, car à travers les jeux se lit non seulement le présent de la société mais le passé même des peuples, et une partie importante du capital culturel de chaque groupe ethnique résidant dans son patrimoine ludique.

### 6- les théories des jeux :

#### 6-1- la théorie traditionnelle des jeux 19<sup>ème</sup> siècle :

Les théories de 19<sup>ème</sup> siècle considèrent le jeu en tant que phénomène biologique de nature instinctif ayant une fonction physiologique. Ces approches fondées sur l'instinct considéraient le jeu comme un mécanisme destiné à la conservation du sur plus d'énergie.



Nous avons constaté que l'orientation de ces théories est influencée par celle de DARWIN «la théorie de l'évolution» qui d'après lui «le jeu correspondant à la pratique et à l'apprentissage de techniques utilisées en suite pour se défendre dans la vie adulte.

Mais à partir de 20<sup>ème</sup> siècle cette conception du jeu c'est libérée de ces courants et a pris une autre orientation ; vers le côté psychologique.

## **6-2- La théorie traditionnelle des jeux de 20<sup>ème</sup> siècle :**

### **6-2-1- La théorie psychanalytique : Initiée par freud (1908).**

Cette théorie repartie le jeu en trois (3) rôles :

#### a-Le jeu comme exutoire tensionnel

**freud** prétend l'existence d'un instinct sexuel à la base de toute motivation, et de toutes les manifestations de recherche de plaisir. Autrement dit, il voit dans le jeu un révélateur éventuel de la vie intérieure et de la structure des motivations de l'individu.

#### b-Le jeu comme moyen de maîtrise de moi :

Il est une voie de compréhension de moi de l'enfant selon erileson (1950) « le jeu constitue une fonction du moi, où une tentative de synchronisation des processus corporels et sociaux à l'intérieur du moi »

### **6-2-2- La théorie behavioriste travaux de (WATSON 1919)**

Cette théorie est basée sur l'observation objective du comportement extérieur dans des situations expérimentales, elle repartie le jeu selon ses fonctions comme suite :

1. Le jeu comme moyen indirecte de conditionnement positif.
2. Le jeu comme apprentissage par imitation.
3. Le jeu comme mode d'exploration et d'investigation.
4. Le jeu comme besoin d'adaptation.
5. Le jeu recherche de nouveauté.

### **6-2-3- Les théories cognitives :**

Pour celles-ci, ce sont les fonctions cognitives de l'homme et son expérience qui importait essentiellement. Elles reconnaissent l'influence des facteurs biologiques en environnement aux sur le comportement.

#### a-Le jeu de rôle :

Selon **GEORGE HERBERT** (1934) : Chaque individu est un organisme à la recherche de nouveauté et en même temps producteur de nouveauté, donc le processus cognitif se forme par l'intermédiaire de l'interaction avec les autres dans le cadre du jeu qui exige une préparation et un effort de socialisation.

#### b- Le jeu comme assimilation et accommodation :

Pour J. PIAGET (1932- 1945) le développement cognitif et intellectuel de l'enfant met l'accent sur le nécessaire inévitable du jeu comme partie intégrante de la dynamique du développement. Donc le jeu est étroitement lié au développement de l'intelligence, le jeu est donc à la fois assimilation de monde et de la réalité extérieure et l'accommodation où l'adaptation des catégories cognitives à la réalité extérieur.

Mais puisque dans cette étude, on a à définir uniquement où spécialement les jeux utilisés dans l'éducation physique et sportive où tout simplement « le jeu sportif », donc la classification des jeux prendra une autre direction où bien se fera par rapport à d'autres aspects, « ç sera alors par rapport aux références et caractéristiques spécifiques de chaque jeu qui sont : la nature du jeu, son type, le but à atteindre par le jeu, et les règles et organisations spécifiques à ce jeu.

### **7- La place du jeu selon le code d'EPS au lycée :**

Le code de l'EPS, affirme que l'utilisation du jeu est nécessaire que dans la partie préparatoire. Vue la période d'âge qui caractérise les élèves du secondaire, et aussi leurs niveaux d'études, car selon les pédagogues l'utilisation de jeu est primordiale chez les jeunes enfants c'est un moyen de travail d'apprentissage, il est comme étant un outil d'enseignement indirecte (ludique).

Mais au fur et à mesure que l'enfant grandit le rôle du jeu et son importance diminuent. On aura donc la tendance à ce penché de plus en plus sur le travail, parce que l'adolescent devient plus méfiant dans le jeu et main volontaire. Alors on a préféré de faire du jeu un moyen de préparation physique et psychique au travail et aussi un moyen, d'initiation et d'apprentissage des techniques et l'acquisition du savoir et d'une tactique dans le jeu.

Dans ce fait on considère l'activité ludique comme étant un canal permettant de faciliter l'approche technique du mouvement et aussi la préparation et la motivation de l'élève. **(Programme d'EPS. Apparue dans le code d'EPS. 1983)**

***Chapitre 2***  
***L'adolescence***

## L'adolescence

### 1-Définition

L'adolescence représente un passage entre deux étapes, de l'enfance à l'âge adulte.

On peut définir ce concept d'une manière générale, comme une période de la vie humaine caractérisée par l'évolution individuelle de la personnalité infantile vers la personnalité adulte.

Le mot adolescence vient du latin « adolere », qui signifie grandir vers, « ad » : vers, « olere » : croître, grandir.

Pour **BOUDON** « l'adolescence est la période qui sépare l'enfance de l'âge adulte, cette caractérisation soulève plusieurs problèmes ».

Ce n'est qu'à la fin de 19<sup>ème</sup> siècle, en particulier sous l'effet de l'allongement des études qui maintient les élèves dans une sorte d'enfance prolongée, qu'a véritablement émergé l'adolescence comme classe d'âge d'une culture spécifique. Selon le dictionnaire **HACHATTE**, l'adolescence correspond à « l'âge compris entre la puberté et à l'âge adulte ».

Il s'agit d'une période de la vie que s'échelonne généralement de 11-12 à 17-18 ans l'adolescence serait donc la période de l'épanouissement de l'enfant qui se transforme en adulte, afin qu'il devienne acteur et responsable de son parcours personnelle et civique.

C'est donc une phase transitoire dans la vie de l'être humain, elle se situe entre l'enfance et l'âge adulte ; l'adolescence est devenue un concept important par l'allongement progressif qu'elle a subi. Elle acquiert une signification particulière grâce au rôle qu'elle joue aujourd'hui, dans la vie des sociétés modernes. L'unanimité est faite sur la nécessité de pousser plus loin les recherches dans le but de cerner les mutations de l'adolescence à travers les cultures.

### 2-Les différentes étapes de développement de l'adolescence :

#### 2-1-développement physique de l'adolescence :

##### 2-1-1-changements hormonaux et corporels :

- L'adolescence est définie non seulement comme une période de changement pubertaire, mais aussi comme une période de transition entre l'enfance et l'âge adulte. Cette transition est marquée par des rituels.
- Les changements physiques de l'adolescence sont provoqués par un ensemble complexe de changements hormonaux, débutant vers l'âge de 8 au 9 ans. De très importantes

augmentations des gonadotrophines, Dont les œstrogènes et la testostérone, sont au cœur de ce processus.

- Les effets se traduisent par une croissance rapide de la taille et une augmentation de la masse musculaire et adipeuse, les garçons deviennent plus musclés, et la masse corporelle des filles contient plus de tissus adipeux.
- Les changements hormonaux provoquent l'apparition des caractères sexuels secondaires, non directement liés à la reproduction.

### **2-1-2-Maturation sexuelle :**

- Chez les filles, la maturation sexuelle se traduit par un ensemble de changements commençants dès l'âge de 8 au 9 ans. Les premières règles arrivent généralement deux ans après l'apparition de ces signes.
- La maturation sexuelle se produit plus tard chez les garçons. Elle se caractérise par une poussée de croissance apparaissant un an ou plus après le début de développement génital.

### **2-2-le développement cognitif :**

Le développement cognitif à l'adolescence, est décrit à travers ce qu'on appelait le stade des opérations formelles. Cette période qui va de 11 à 14-15 ans, ce caractérise par :

- La capacité d'appliquer les opérations de la période opératoire non seulement aux objets, mais aussi idées et aux hypothèses. La capacité de passer de concret à l'abstrait, du réel au possible ainsi que la prévision des conséquences à la Lang termes de ses actes.
- La logique déductive et la résolution systématiques des problèmes font également partie de la pensée formelle.
- Des chercheurs ont démontré que certains adolescents ont atteint le stade de la pensée formelle, mais qu'ils ne l'utilisent pas de façon constante.
- L'adolescent traite l'information de sa pensée, de mieux stocker et classifier les faits, les informations et les connaissances qu'il acquiert, de développement des stratégies afin d'affronter de nouvelles situations de pensée de façon hypothétique et d'accorder son intention à plus d'un sujet à la fois (faire plusieurs tâches en même temps).
- L'égoïsme, ou le fait d'être excessivement centré sur soi, incite l'adolescent à se créer un auditoire imaginaire et à recourir à la fabulation personnelle.

### **2-3-Le développement de la socialisation :**

L'intégration au groupe des pairs et l'intégration à la famille sont deux formes de socialisation qui ne s'excluent pas mutuellement.

### **2-3-1-Dans les groupes pairs :**

Il est évident que les groupes de camarades constitueront le milieu de vie privilégié particulièrement investi de point de vue affectif.

L'amitié apparaît comme étant d'avantage centrée sur les activités communes possibles que sur l'interaction elle-même. Les adolescents insistent sur le fait que les relations amicales doivent être basées sur une confiance réciproque. Les relations amicales sont à cet âge essentiellement de types spéculaires, en d'autres termes, l'adolescent aurait besoin d'un double de lui se trouve confronté aux mêmes problèmes d'identification. Il y'aurait alors dépendance par rapport à une éventuelle séparation. Adolescence correspond souvent aux premiers amours, l'amitié pourra constituer un moyen de partage ses émotions avec quelqu'un digne de confiance et vis-à-vis de qu'il ne peut avoir de rivalité sexuelle.

### **2-3-2-Dans les groupes familiaux :**

Très souvent, au moment de l'adolescence, les jeunes s'entendent mal avec leur parent. Ils ont de mal à accepter toute forme d'autorité et ils se rebellent contre la discipline à l'école et à la maison. Nous pouvons alors parler du conflit des générations. C'est l'époque où leur personnalité commence à se former, ou ils veulent être indépendants. Cette indépendance qu'ils souhaitent, ils ne peuvent pas l'acquiescer parce que financièrement ils dépendent toujours de leurs parents. Ils ne sont pas sûrs d'eux, mais ne sont pas prêts à accepter les conseils de leurs aînés. Ils ne tiennent pas vraiment compte de conseil que les adultes leur donnent. Ils sont souvent convaincus qu'ils peuvent se débrouiller tout seuls.

## **3- l'adolescent et les APS :**

### **3-1- Le développement moteur et sportif de l'adolescent :**

Les déterminants du développement sportive-moteur (déterminants ou facteurs socioculturels) sont de nature économique, sociale, éducationnelle et biologique qu'on peut cerner en déterminants socio-économiques (appartenance à une classe sociale bien précise), déterminants matériels (grandeur du foyer, milieux de jeu, matériel de jeu, engins sportifs disponibles), le déterminant familial (activité professionnelle de la mère, nombre des frères et sœurs, etc.). Le déterminant social (fréquentation de jardin d'enfants, appartenance à un équipe sportive etc., style d'éducation des parents (autorité, contrôle, indifférence, surprotection...) et finalement les programmes d'entraînement (différenciés selon le contenu, l'intensité, etc.). Tous ces déterminants agissent en interaction avec des facteurs tel que le climat ou la nutrition et sont désignés par facteurs exogènes. En plus des déterminants économique-socioculturels, il existe des déterminants ou facteurs génétiques pouvant intervenir dans le développement moteur du sujet. En effet, l'être humain dispose de quelque 20 000 à 80 000 gènes répartis sur 23 paires de chromosomes.

Les plus connus sont ceux relatifs à la couleur de la peau et des yeux et au sexe. L'on suppose donc qu'une influence génétique sur le développement moteur (et sportif) de l'individu existe bel et bien, mais on n'est pas encore en mesure de déterminer ce phénomène avec précision.

#### **4- Les bienfaits et les fonctions des APS à l'adolescence :**

##### **4- 1- La formation de la personnalité :**

Cette formation vise l'acquisition de la maîtrise et de la confiance en soi, le développement de la volonté, de la ténacité et de l'esprit d'initiative qui permet de lutter contre la timidité et de l'acceptation de l'échec temporaire et de la persévérance.

##### **4- 2-Le développement de l'intelligence et des capacités d'adaptation :**

Ce type de développement concerne l'intelligence sensori-motrice, l'intelligence du mouvement, le développement de l'appréciation et de l'évaluation des difficultés et d'élaboration des solutions, le développement du sens de l'observation, de l'attention et des capacités de concentration.

##### **4- 3-L'éducation sociale et spirituelle :**

Ce type d'éducation favorise le développement de la loyauté, du courage, du goût de l'effort, du sens de la responsabilité, du respect des règles et autrui et le développement du sens de l'entraide et de la coopération. A ce propos, il est inutile de rappeler et de ressusciter le lien entre «la culture du mouvement » sous forme de tradition de pratique des APS et l'immunité contre les phénomènes de violence verbale et physique.

L'amortissement de la violence et de l'agressivité, qu'on désigne par l'appellation générique de catharsis, a été démontré déjà depuis longtemps dans les travaux de **Doob et Wood** (1972).

Ne vaudrait-il pas mieux prévenir cette violence véritablement enkystée et valorisée même par certains délinquants dans les stades, dans la rue et dans les établissements scolaires et universitaires, que de chercher à y remédier a posteriori par des solutions de conscientisation, quoi que partiellement efficaces, mais arrivant toujours en retard ?

NB : psychologiquement parlant, bien des slogans de sensibilisation ne résonnent que sur les esprits sages, donc hors d'atteinte de la population cible !

#### **4-4- La fonction esthétique :**

Dans la pratique sportive, la beauté est indissociable d'une certaine perfection des gestes ou mouvements techniques. La pleine réussite de tels gestes comble l'enfant et le jeune et développe chez eux une conscience esthétique de leur corps. En outre, l'enfant et le jeune, en pratiquant un sport, éprouvent une jouissance à vivre dans un corps sain, beau, séduisant et aux mouvements harmonieux.

#### **4-5- La fonction sociale :**

L'activité sportive est une activité libre et récréative qui se développe dans le cadre de règles précises, ce qui aide l'adolescent à réussir sa socialisation et la facilitation de la communication avec autrui. Elle favorise aussi les relations interpersonnelles et l'ouverture aux autres. Elle est recommandée pour les introvertis, les timides et les effacés pour les aider à s'ouvrir aux autres et à mieux communiquer. Il est important également de mettre en évidence la fonction sociale de l'exercice physique qui consiste à renforcer la conscience du « pour autrui » et de « l'avec autrui » en étant plus ouvert aux autres. Les jeux d'équipe permettent au groupe de se sentir sur le même pied d'égalité et de se rapprocher en contribuant à réduire les barrières qui les séparent (barrières sociales, raciales, religieuses, ...). Le sport favorisant la cohésion sociale, le groupe et l'équipe permettent cette intégration.

L'adolescent peut ainsi participer, être avec le groupe sportif qui répond à ses besoins d'appartenance et d'engagement avec des pairs. Il lui propose une action partagée où deviennent tangibles la présence des coéquipiers, la mutualité, la camaraderie.

La coopération se concrétise en efforts multipliés au profit d'un collectif. Le sport permet à l'adolescent de matérialiser ses relations, de trouver une nouvelle manière d'affirmer son appartenance à un groupe ou à un collectif de vie.

Eu égard à tout ce qui a été avancé, deux fonctions principales sont alors à distinguer : la fonction hygiénique, préventive et thérapeutique et la fonction développementale et éducative.

#### **4-6- Fonction hygiénique, préventive et thérapeutique :**

La pratique équilibrée du sport est un facteur essentiel d'acquisition, de maintien et d'amélioration de la santé. Le rythme de vie actuel est de plus en plus déséquilibrant, du fait de la tension, du stress continu, de la pollution, etc.

L'exercice physique, par ses effets somatiques et psychosomatiques, remplit une fonction bénéfique incontestable : il joue un rôle important dans l'équilibre psychologique de l'adolescent et permet notamment de diminuer le stress et l'anxiété. Il est considéré comme un moyen préventif et thérapeutique contre la dépression, les phobies, phénomènes psychologiques assez répandus chez les adolescents. Il est donc considéré comme un

antidépresseur du fait que l'activité physique ait une action calmante et déstressant grâce à la libération d'hormones (les endorphines) produites par le cerveau lors de l'effort favorisant une sensation de bien-être et améliorant ainsi l'endurance vis-à-vis des épreuves de la vie.

L'exercice physique est aussi un moyen de prévention, notamment chez les enfants et les jeunes, contre les conduites addictives et les comportements à risque (tabac, alcool, drogue, violence, délinquance, ...).

#### **4-7- Fonction développementale et éducative :**

Il s'agit de permettre aux sujets (surtout enfants et adolescents) de s'éprouver, de se reconnaître dans la relation avec les autres, de nourrir de nouvelles formes de convivialité à travers des pratiques physiques, de permettre aux adolescents de se projeter à leur rythme dans une activité qui les intéresse.

Les APS apprennent la maîtrise de soi aux plus turbulents, la confiance en soi aux plus timides, l'autonomie aux plus dépendants, l'esprit de décision aux craintifs, la communication aux plus renfermés, la discipline aux plus agressifs et surtout l'esprit d'entraide.

Remarque :

D'une façon générale, les particularités morphologiques, mécaniques et physiologiques de la jeune fille (et de la jeune femme) ne lui interdisent pas la pratique physique ou sportive.

Toutefois, les performances qu'elle sera susceptible de réaliser seront la plupart du temps inférieures à celles d'un sujet de sexe masculin. Dans quelques disciplines, l'avantage apporté par certaines particularités anatomiques et fonctionnelles (meilleure laxité articulaire, meilleure flottabilité) pourra compenser en partie les moindres potentialités énergétiques : gymnastique, aérobic, patinage artistique, natation, voire escalade.

#### **5- L'Adolescent et l'EPS**

Tout d'abord on rappelle que l'EPS est «la Pédagogie des conduites motrices » (**Parlebas**, 1981). C'est « une discipline scolaire, inscrite dans les programmes d'enseignement, et dont les finalités, les objets, les pratiques et les méthodes ont grandement évolué au cours du temps » (**Delingnieres & Garsault**, 2004). C'est aussi un domaine d'étude des effets de l'activité motrice sur les caractéristiques physiques et psychologiques des individus considérés dans leur environnement social (**Peron**, 1985).

Il n'est donc pas facile de trouver une définition de l'EPS et encore plus difficile d'en trouver une qui soit consensuelle.

Nous retiendrons que l'EPS est une discipline scolaire dynamique, où l'activité corporelle (corps-sujet ou corps-identifié), organisée par un enseignant, produit sur ce même corps (corps-objet ou corps-identifiant) des effets multiples traduits, pour la plupart, en termes d'objectifs généraux.

Parmi les objectifs de l'EPS on peut citer le développement des capacités organiques et foncières, acquisition des techniques motrices qu'offre la culture sportive, la gestion de la vie physique à l'âge adulte, la formation d'un citoyen cultivé, lucide et autonome.

L'EPS présente des atouts forts pour être un outil déterminant dans cette lutte contre l'échec scolaire. Sur le plan motivationnel, et en partant du fait que perception et motivation se conditionnent réciproquement, on pourra penser avec raison que, si les lycéens optent pour le stade, le ballon, le sautoir et le match plutôt que pour la course, la corde, les espaliers et les assouplissements, une telle attitude dénote que la vision favorable qu'ils ont de l'EPS est due en grande partie à des motivations sportives. La majorité des adolescents valorise l'EPS selon une optique sportive bien qu'une orientation plus hygiéniste, plus corporelle, apparaisse tout en prenant de l'âge. Les motivations « goût pour la compétition » et « vie d'équipe » sont également partagées entre les différents âges de l'adolescence. La 1ère motivation se situe plutôt durant la préadolescence, la 2ème pendant l'adolescence.

Il faut donc reconnaître l'existence d'un antagonisme ardent : le sport est une composante sociale extrascolaire fortement structurée et influente et il comporte une pratique pédagogique permanente.

Les heures d'EPS sont souvent bien accueillies parce qu'elles autorisent une actualisation du corps, un oubli des soucis de l'esprit et deviennent un moment de détente, de jeu, une halte consacrée de façon plus ou moins volontaire à l'hygiène et à l'accomplissement de certains archétypes primitifs, jusque-là refoulés dans un système scolaire où la réussite au baccalauréat et la recherche d'une carrière future constituent désormais la préoccupation majeure de la plupart des lycéens et de leurs parents.

Généralement, les préadolescents pensent que « match » est plus directement lié à l'EPS qu'assouplissement. Cette attitude change à travers l'âge pour devenir à 18 ans en faveur d'une occupation de détente, facteur d'hygiène, de loisir.

# *Chapitre 3*

## *La motivation*

## La motivation

### 1-Définition :

Le dictionnaire Larousse donne la définition suivante du terme “motivation” : “L’ensemble des motifs qui expliquent un acte”. Cette définition met l’accent sur le contenu, sur « ce qui » motive, sur les buts que poursuivent les individus : leurs motivations.

D’après **Liery Alain, Fenoulet Fabiane** 1997 « La motivation est un ensemble de mécanismes biologiques et psychologiques qui permettent le déclenchement de l’action, l’orientation, l’intensité, et la persistance. Pour (**Vallerand et Thill**, 1997), « Le concept de motivation représente le construit hypothétique utiliser afin de décrire les forces internes et/ou externes produisant le déclenchement, la direction l’intensité et la persistance du comportement ». Les différentes approches du concept de motivation soulignent le fait que la motivation représente un construit hypothétique, non une entité matérielle et que ce que l’on observe est simplement la manifestation comportementale de ce construit. De ce fait, sur la base de ces observations nous sommes en mesure d’inférer le degré, l’état de motivation d’un individu.

**Valerand et Thill** 1993 Introduction à la psychologie de la motivation : « Le concept de motivation représente le construit hypothétique utiliser afin de décrire les forces internes et/ou externes produisant le déclenchement, la direction, l’intensité et la persistance du comportement.

La motivation scolaire est l’ensemble des déterminants internes et externes qui poussent l’élève à s’engager activement dans le processus d’apprentissage, à adapter des attitudes et des comportements susceptibles conduire à la réalisation des objectifs d’apprentissage qu’il poursuite et à persévérer devant les difficultés.

**R.Viau** (1997) nous propose une autre définition de ce concept en considérant que «la motivation en contexte scolaire est un état dynamique qui a ses origines dans la perception qu’un élève a de lui-même et de son environnement et qui l’incite à choisir une activité, a s’y engager et à persévérer dans son accomplissement afin d’atteindre un but ».

### 2-Les types de motivation :

#### 2-1-les motivations innées :

Les motivations innées sont appelées aussi motivation de survie, car l’être humain doit veiller à les satisfaire afin de continuer à vivre. (**Arnaud et Witting 1980. P .107**) ont rappelé que les motivations sont peu nombreuse set correspondent à un ensemble de besoin tels que : la faim, la soif, besoin d’échapper à la douleur besoin d’air, besoin de maintenir la température du corps, besoins de se reposer, les besoins d’éliminer les déchets du

corps...etc. Pour cela, tous les besoins doivent être liés aux différents comportements qui servent à la satisfaction par (manger, boire, dormir, respirer...etc.)

### **2-2-Les motivations combinées :**

Le meilleur exemple à prendre d'une manière probable pour illustrer les motivations combinées est sans doute la motivation sexuelle, les aspects de cette dernière dépendent de l'apprentissage social, par exemple les normes selon lesquelles une personne est considérée sexuellement attirante ou selon lesquelles les pratiques sexuelles sont jugées acceptables. C'est pourquoi qu'on considère que la motivation sexuelle d'un individu résulte de la combinaison d'influences physiologiques et sociales. Un autre besoin s'ajoute aux motivations combinées, il s'agit du besoin de stimulation. Selon (**Arnaud et Witing** 1980. P.107) le besoin de stimulation fait référence au niveau et au genre d'activités sensorielles ou perceptuelles nécessaires de l'individu. Ce besoin de stimulation semble à la fois être inné et acquis, il comprend le besoin d'activité, le besoin de changement et le besoin de satisfaire sa curiosité.

### **2-3-Les motivations apprises :**

D'après **Arnaud et Witing** (1980, p108), ces motivations sont appelées aussi motivations sociales ou environnementales. Elles sont développées à partir des récompenses et de punitions distribuées par les milieux sociaux. Parmi ces motivations, on peut citer le besoin de réussite, le besoin d'amitié ou d'affiliation, le besoin de domination et le besoin d'échapper à l'anxiété.

Le besoin de réussite est une motivation apprise ou l'individu cherche à atteindre le plus haut standard de performance. Pour ce qui est du besoin d'affiliation ou d'amitié, il s'agit d'une motivation où le sujet se sent lié aux autres soit par l'amitié, par sociabilité, soit comme membre d'un groupe. Pour expliquer ce besoin l'auteur est allé encore plus loin en évoquant le besoin de dépendance qui est intimement lié au besoin d'affiliation, où l'individu se sent en sécurité auprès des autres. Pour ce qui est du besoin de domination, l'individu essaye par tous les moyens de le satisfaire à travers le contrôle du comportement des autres. L'essentiel pour lui est d'arriver au but recherché et de réussir.

### **4-Les indicateurs de la motivation :**

Les quatre principaux indicateurs de la motivation scolaire sont : le choix, la persévérance, l'engagement et la performance. Ces indicateurs, contrairement aux sources de la motivation qui déterminent le niveau de motivation de l'élève, sont des conséquences de la motivation. Il est possible d'observer ou d'évaluer ces indicateurs afin de porter un jugement sur le niveau de motivation d'un élève.

### 1- Le choix :

Ce choix met en jeu les ressources temporelles, énergétiques, et éventuellement financières que l'individu décide d'allouer à son activité préférée mais correspond aussi au choix d'un certain niveau de difficulté. Selon (C. Le Scanff. 2004), ce dernier aspect est très important puisqu'il s'agit en soi d'un phénomène motivationnel qui a des implications dans la qualité et la quantité des apprentissages réalisés. Ce phénomène motivationnel est la prise de risque sportive. La focalisation de l'attention sur certains aspects de la tâche ou de l'activité constitue une autre composante de direction de la motivation. Les sportifs ou les élèves motivés de façon optimale dirigent leur attention avant et pendant la réalisation de leur activité vers les caractéristiques pertinentes de la tâche. En d'autres termes, l'individu motivé choisit d'entreprendre une activité d'apprentissage, par contre, un individu en perte de motivation aura tendance à éviter et attendra d'être obligé avant d'entreprendre cette activité. Les efforts, indépendamment de leur intensité et de leur durée sont toujours dirigés vers l'accomplissement d'une tâche ou d'une activité précise. Ainsi la direction fait référence au choix effectué par un pratiquant parmi une série de possibilités.

### 2- La persévérance :

La persévérance se mesure en termes de temps que l'individu accorde à une tâche telle que l'activité physique. La persévérance est un prédicateur de réussite : plus on consacre temps et énergie plus on a de chance de réussir. Mais peu importe le temps investi, il faut également fournir des efforts de qualité. Une personne motivée s'efforcera de réaliser un travail et ne renoncera pas à la première difficulté.

La persistance est la continuation de l'investissement après qu'une tâche a été entreprise. On parle de persistance lorsque l'individu reste sur la tâche le plus longtemps que d'autres et lorsque les conditions contextuelles restent les mêmes. Dans le cadre scolaire (C. Le Scanff. 2004,) souligne que, la motivation continuée est fondamentale pour deux raisons. La première, c'est que l'objectif des séances d'EPS est de donner à l'élève l'envie de mettre en place une autodiscipline durable. Ensuite, l'apprentissage et la réussite dépendent de la qualité et de la quantité de pratique réalisée. D'où l'importance d'encourager les jeunes poursuivre leur investissement.

### 3- L'engagement cognitif :

Une personne engagée et motivée dans une activité déterminée utilisera des stratégies d'apprentissage. Il adoptera alors différents moyens lui permettant d'acquérir, d'intégrer et de se rappeler les connaissances qu'on lui enseigne. Il planifiera son temps de pratique et élaborera des objectifs de travail. Dans le contexte scolaire à titre d'exemple, lors des cours, il prendra des notes dont il mémorisera l'essentiel. Lors de lectures importantes, il s'assurera d'avoir saisi les principaux points et se fera des résumés. L'individu motivé pour une activité se souciera de vérifier l'efficacité de ses méthodes et s'il y'a lieu de les corriger ou de les améliorer. Il sera actif dans son apprentissage, il ne

sera pas un simple récepteur, il cherchera à optimiser l'acquisition de connaissances et en retirera beaucoup de satisfaction personnelle.

#### **4- La performance :**

La performance correspond non pas à l'exploit mais bien à la démonstration du savoir, aux résultats observables de l'apprentissage. Elle joue un rôle majeur dans la dynamique motivationnelle et ce pour deux raisons importantes. D'abord, la performance est une conséquence de la motivation car un individu motivé persévéra davantage et utilisera plus de stratégies d'apprentissage, ce qui aura pour effet d'influencer sa performance. Aussi, la performance est une source de motivation car c'est à partir de celle-ci que le sujet développera les perceptions de sa propre compétence, perceptions qui, comme nous l'avons vu plus tôt, sont à l'origine même de la motivation.

#### **6-La motivation dans la pratique des APS :**

Le but est de développer une motivation intrinsèque (personnelle), en lien avec un intérêt et orientation vers la maîtrise corporelle, le goût de l'effort, la dépense d'énergie physique et le développement des qualités telles que l'endurance et la résistance à la fatigue.

Deux facteurs entrent en jeu :

1-Le facteur de confiance : confiance placée en lui- même par le jeu (ex : adolescent obèse)

2-Le facteur d'importance : quelle importance accorder à son problème et l'éventuel changement pouvant être engagé.

Les critères d'importance sont : la conscience des risques (de surpoids par exemple) pour la santé. La conscience du danger, les avantages à perdre ou à conserver son comportement, les influences extérieures, l'évaluation des inconvénients à ne rien changer.

Le développement est donc de développée une compétence et une envie de faire quelque chose pour soi-même.

D'après **Weinberg et Gould** : La pratique sportive à l'adolescent se caractérise d'une part, par une certaine divergence d'intérêts et de motivation entre les filles et les garçons, et d'autre part, une dissociation des niveaux respectifs de potentialités énergétiques et mécanique de chaque sexe. D'éventuelles différences de potentialité bio- informationnelle entre les deux sexes n'ont jamais été clairement établies.

On trouve là une différenciation qui s'exprime selon les modes psycho- relationnels (intérêt, motivation, demandes, etc.) ou purement biologiques (force et puissance maximales, puissance anaérobie lactique et aérobie, mais aussi les psychologies sexuelles « masculine » et « féminine » spécifiques.).

Chez les garçons, les nouvelles potentialités énergétiques vont bruyamment demander à s'exprimer d'autant plus que celles-ci se trouvent « initialisées » par une poussée hormonale androgénique. C'est l'âge d'or des pratiques sportives à haut niveau énergétique, mais c'est aussi l'âge d'or des massifs vis-à-vis du sport lorsque les données individuelles épanouissement naturel dans un « monde d'hommes ».

Les garçons optent donc pour des jeux et activités plus complexes incorporant enjeu et compétition, ils choisissent donc les sports collectifs, alors que les filles choisissent des jeux moins complexes, donc plus accessibles et individualisés, comprenant le rythme. Dans les deux sexes on note souvent la tendance à l'enrichissement cognitif en se documentant sportivement.

Pour l'éducateur sportif, ou l'enseignant d'éducation physique, c'est donc l'âge de la vigilance particulière : les classes de jeunes adolescents sont donc souvent des classes délicates à « mener » d'autant plus que les filles du même âge ont déjà pris une certaine avance de maturité (problème des classes mixtes).

Sur le plan social, il est déjà connu qu'à l'adolescence l'influence des parents sur leurs enfants cède progressivement alors que le rôle que peuvent jouer les groupes d'amis et des semblables, à l'école et dans la rue, prend davantage de l'ampleur d'où le phénomène des cliques et les mécanismes d'identification aux modèles de conduite.

La structure scolaire (les enseignants d'éducation physique et sportive ainsi que les entraîneurs sportifs) peut également jouer un rôle prépondérant quant à la stimulation de l'intérêt des jeunes adolescents vis-à-vis des diverses activités sportives, alors que le rôle des parents peut être cerné uniquement au niveau de l'encouragement dans le sens classique du terme. Les groupes d'amis, quant à eux, ils servent de support social et constituent une source de reconnaissance au jeune adolescent. En admettant l'évidence du rôle de l'école dans la stimulation de la pratique sportive, on doit aussi souligner que cet intérêt de pratique dépasse celui des jeunes filles.

En effet, les enfants des deux sexes s'intéressent essentiellement aux informations relatives aux héros sportifs (dans les journaux et les différents mass médias et ils ont tendance à les imiter que ce soit sur le plan sportif ou dans le domaine du privé (mode de vie, habillement, allure générale, etc.). Ils s'intéressent aussi à la lecture des documents sportifs (ex : biographie de sportifs célèbres sur le plan national et international), ce qui est de nature à renforcer des attitudes positives vis-à-vis des activités physiques et sportives socialement valorisées.

**-De 11 à 12 ans :** le sport est considéré comme un apport et une recherche de connaissance de soi et du monde pour devenir plus tard un moyen de s'affirmer et de se réaliser. Dans la pratique sportive, on trouve des valeurs sociales qu'on désigne aussi par motivation secondaires tels que devenir champion, s'éduquer, vie d'équipe, etc. A ces motivations secondaires s'opposent des pulsions et des motivations primaires visant la réduction des

tensions internes : « goût de la bagarre », joie du mouvement et de dépenser son énergie, aventure, compétition, etc. De 12 à 15 ans, le jeune adolescent s'intéresse de plus en plus à la compétition. Il a besoin d'affirmer sa supériorité ; il commence à comprendre qu'il doit coopérer.

**-Au-delà de 15 ans :** l'adolescent se désintéresse en général des activités physiques récréatives. Il recherchera donc les activités facilitant les rencontres avec l'autre sexe constituant un véritable défi physique. Le jeune sportif voit son intégration sociale facilitée par la pratique du sport : il se révèle comme plus ouvert, ayant un goût prononcé pour les contacts humains et pour la vie de groupe. Il existe donc une corrélation étroite entre pratique sportive et acceptation des valeurs sociales généralement admises.

## **7-Les effets de la motivation sur la performance sportive :**

### **7-1- L'effet directionnel et l'effet énergétique de la motivation :**

La motivation possède deux effets : un effet directionnel (ou qualificatif) et un effet énergétique (ou quantitatif). « L'effet directionnel fait référence au type d'investissement et au type d'activité choisie. Les sportifs s'engagent dans une pratique physique (ou plusieurs) à l'exclusion des autres. Nous ne détaillerons par cet effet de la motivation car il est plus lié à des phénomènes d'ordre social et psychosociologique.

L'aspect énergétique influe sur l'intensité de l'engagement dans l'activité. La motivation possède un effet psychophysiologique et élève le niveau d'activation du système nerveux central. Cette activité nerveuse s'évalue par des indicateurs comme le rythme cardiaque, la pression artérielle, l'activité électro-encéphalographie. Nous pouvons classer sur un continuum les niveaux d'activation du système nerveux central et les associer à des états de vigilance qui peuvent aller de sommeil à la surexcitation en passant par la veille attentive et l'excitation » (Carole Sève ,2009, p128-130).

### **7-2- Le niveau optimal de la motivation :**

La performance augmente avec l'activation du système nerveux central et donc avec l'intensité de la motivation mais jusqu'à un certain point seulement, au-delà la performance s'altère. En fait, il existe un niveau optimal de motivation qui contribue à l'efficacité du processus perceptif, décisionnel et moteur. Si l'élève n'est pas assez motivé, le niveau d'activation du système nerveux central, trop faible, nuit à la vitesse et à la pertinence des prises de décision et des actions. L'élève « endormi » réagit souvent trop tard car il n'est pas prêt à traiter des informations et à agir. Par contre, si l'élève est trop motivé, le niveau d'activation du système nerveux central est trop important interfère, avec la qualité de la commande motrice. L'athlète surexcité réagit souvent trop vite et mal.

**7-3- L'influence de la difficulté de la tâche :**

Ce niveau de motivation optimal diffère en fonction de la difficulté de la tâche à effectuer. Pour une tâche difficile, le niveau optimum de la motivation est atteint plus rapidement que pour une tâche facile. Tout se passe comme si la réalisation de la tâche difficile (jusqu'à certain seuil) constituait en soi un renforcement positif. Au contraire une tâche facile, pour être effectuée nécessite un niveau de motivation initial plus important.

**7-4- L'influence des caractéristiques de la discipline sportive :**

Ce niveau optimal est différent en fonction des caractéristiques de la tâche à effectuer. Il dépend de la part que chacun des processus (perceptif, décisionnel et moteur) prend dans la réponse finale. Les habiletés qui exigent une prise d'information et de décision importante et un contrôle musculaire très fin (tir à l'arc, golf, billard, tennis de table) nécessitent des niveaux d'activation modérés. Une activation nerveuse trop importante nuit à la précision des mouvements et interfère avec des activités d'identification et de prise de décision. Un athlète réfléchi mal, oublie des éléments de la situation, se précipite, perd en précision. Par contre, un niveau d'activation facilite les habiletés requérant de la force, de vitesse ou de l'endurance (marathon, lancé du poids, sprint) les habiletés caractérisées par la mise en jeu de grands groupes musculaires dans intervention importante du contrôle fin et qui nécessitent peu les prises de décision, ne sont pas altérés pas des niveaux d'activation élevés. L'haltérophilie doit se mettre dans un état proche de la surexcitation pour soulever la barre.

***Partie méthodologique  
et pratique***

# *Chapitre 4*

## *Cadre méthodologique*

## **1- La tache de la recherche :**

Afin d'atteindre l'objectif suscité nous nous sommes fixés la tache suivante : une analyse bibliographique de la thématique de l'apport de jeu, afin de cerner ses spécificités, ses intérêts, ses principes, à partir de construction d'un questionnaire pour essayer de déterminer les points de vue des enseignant envers l'apport de jeu.

## **2-Moyens et méthodes de la recherche :**

### **2-1-Méthode de l'analyse bibliographique et documentaire :**

Afin de concevoir notre questionnaire on à utiliser l'analyse bibliographique, cette méthode nous a permis de faire la collecte de toutes les données bibliographiques se rapportant à notre thème, qui ne consiste à recueillir le maximum d'informations et ceci à travers : ouvrages, revues, et guides ainsi que des travaux de mémoire.

### **2-2-Enquête par le questionnaire :**

Sur le plan méthodologique, notre méthode de travail nécessite l'utilisation d'un questionnaire qui est une technique d'investigation scientifique utilisée auprès d'individus, qui permet de les interroger de façon directive et de faire un prélèvement qualitatif en vue de trouver des relations mathématiques et de faire des comparaisons chiffrées.

Le questionnaire permet de joindre un nombre de personne en peu temps et avec peu de moyen, donc il permet à la fois l'économie de temps et de moyens pour le traitement et l'analyse des données recueillis par le biais d'enquête, deux méthodes s'offrent : la méthode quantitative et la méthode qualitative.

D'après **GRAVITZ, 1984** définit le questionnaire comme suite : « le questionnaire est le moyen de communication essentiel entre l'enquêteur et l'enquête, il comporte une série de questions concernant les problèmes sur lesquelles on attend de l'enquête une information ».

Ce questionnaire est composé de deux population, qui nous permette de relever le maximum d'opinion et d'informations pour notre sujet de recherche et également afin de vérifier notre hypothèse.

### **2-1-1-La démarche qualitative :**

La méthode qualitative s'est fixée comme objective de comprendre et d'expliquer les comportements des sujets à partir de l'analyse approfondie des individus.

### **2-1-2-la démarche quantitative :**

La méthode quantitative contient trois points essentiels à savoir la quantification, l'analyse et l'interprétation. Ces trois points, liés, sont nécessairement complémentaires d'abord nous avons la quantification qui est la transformation d'une question scientifique en chiffre vient ensuite, l'analyse qui est l'application principalement mathématique. Celle-ci met en avant la particularité des valeurs mesurées et enfin, l'interprétation qui sert à attirer des conclusions scientifiques des résultats de l'analyse statistique.

Selon **ANGERS, 1999**, cette méthode nous permet de collecter des données mesurables, « *elle vise à mesurer le phénomène à l'étude. Ensemble de procédures pour mesurer les phénomènes* ».

Cette méthode vise à décrire le phénomène étudié tel qu'il est, et analyser les relations entre les variables dépendante et indépendante de manière à concevoir la problématique quantitativement.

### **2-3-La structure du questionnaire :**

Notre questionnaire comporte (19) questions, pour les enseignants

### **2-4-Déroulement de l'enquête :**

Nous avons présenté le questionnaire aux enseignants des différents lycées secondaires qui sont : Au Lycée Chabane Amer (AOKAS), Ammara Ali (AOKAS), Hocine Ait Ahmed (TIZI N'BEBAR), Krim Belkacem (SOUK EL TENINE), Lycée mixte (MELBOU), Lycée Khaled Masseoud (DARGUINA), Lycée Maouche Idris (BORDJ MIRA), Lycée Technicum (IHEDDADEN), Lycée Stambouli (SIDI-AHMED), Lycée Polyvalent El Hammadia (BEJAIA), Lycée Ibn Sina (BEJAIA), Lycée Chouhada Mokrane (BEJAIA)

**2-5-Echantillon de la recherche :**

L'échantillon est une fraction représentative d'un certain type de population, toute fois il est essentiel que le nombre de personnes interrogés soit suffisant aux besoins de la recherche.

Notre échantillon, jugé représentatif, est constitué de 40 enseignants d'EPS exerçants aux établissements secondaires

**2-6-La méthode statique :**

Afin de mieux comprendre les résultats recueillis et de leur donner une signification logique a notre interprétation nous avons opté pour le calcul des fréquences et pourcentages

Pour faciliter l'analyse statistique des résultats obtenus, nous avons utilisé l'EXCEL notamment pour la représentation des diagrammes

Pour ce qu'est de statistiques descriptives et inductives, nous avons utilisé le SPSS qui est un logiciel statistique qui permet de résumes toutes les résultats descriptifs (fréquences, pourcentages, ...) et notamment les tests statistiques

Pour notre cas nous avons utilisé le Test khi-deux pour vérifier si les différences obtenues en faveur de la valeur la plus fréquente sont significatives ou pas

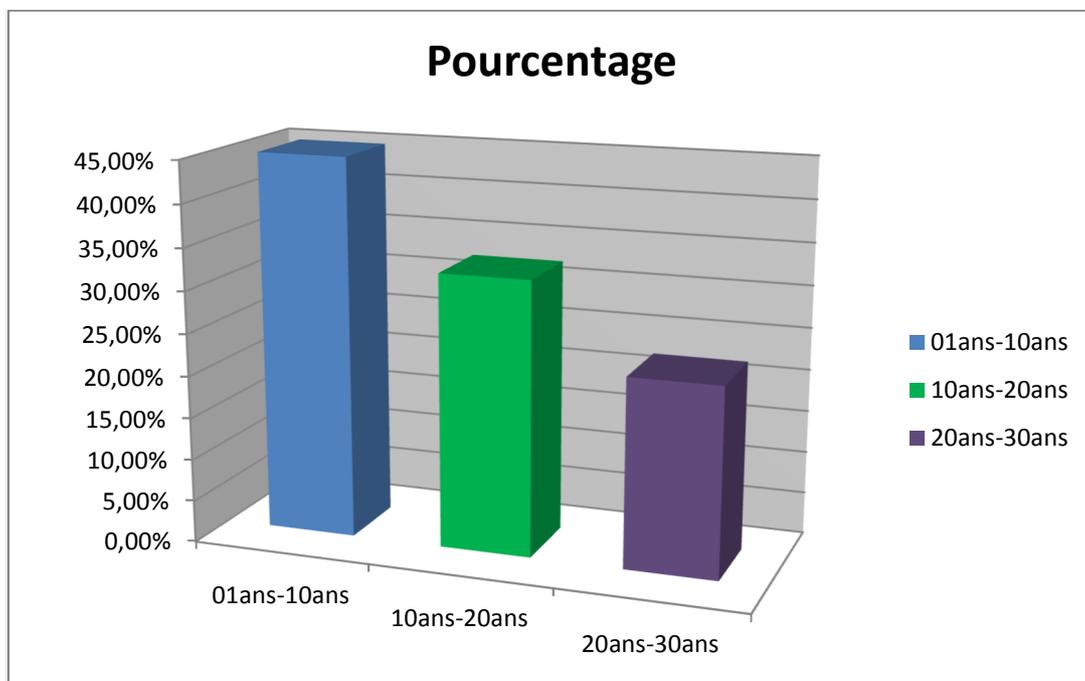
*Chapitre 5*  
*Analyse et interprétation*  
*des résultats*

### Dépouillement et interprétation des résultats des enseignants :

**Question N°1 :** Depuis quand exercer vous dans le domaine d'enseignement ?

**Tableau N°1 :** L'expérience professionnelle

	Fréquences	Pourcentage
<b>01 ans - 10 ans</b>	18	45%
<b>10 ans - 20 ans</b>	13	32,5%
<b>20 ans - 30 ans</b>	09	22,5%
<b>Total</b>	40	100%



**Figure N°1** L'expérience professionnelle

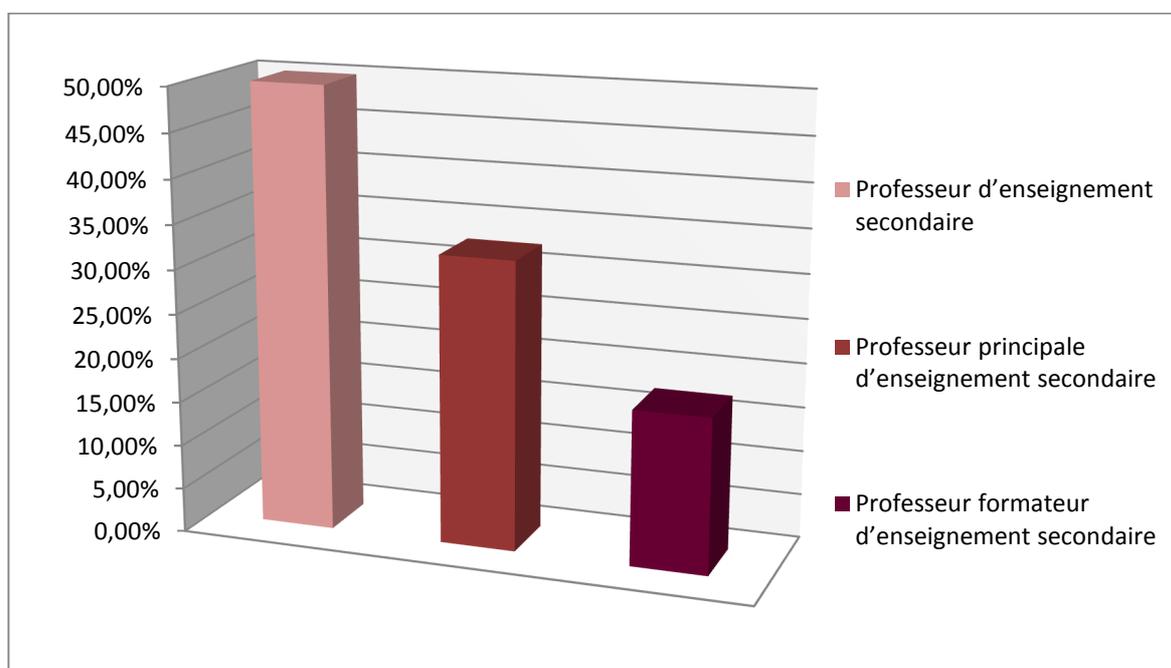
D'après les résultats on trouve une différence d'expérience entre les enseignants 45% entre 1 an à 10 ans d'expérience au travail, 32,5% entre 10 ans à 20 ans et 22,5% entre 20ans à 30ans.

Cette différence entre les niveaux d'expérience de travail est traduite par la différence d'âge et le niveau d'acquisition.

**Question N° 2 :** Quel est votre grade actuel ?

**Tableau N° 2 :** Grade actuel des enseignants

	Fréquences	Pourcentage
<b>Professeur d'enseignement secondaire</b>	20	50%
<b>Professeur principale d'enseignement secondaire</b>	13	32,5%
<b>Professeur formateur d'enseignement secondaire</b>	07	17,5%
<b>Total</b>	40	100%



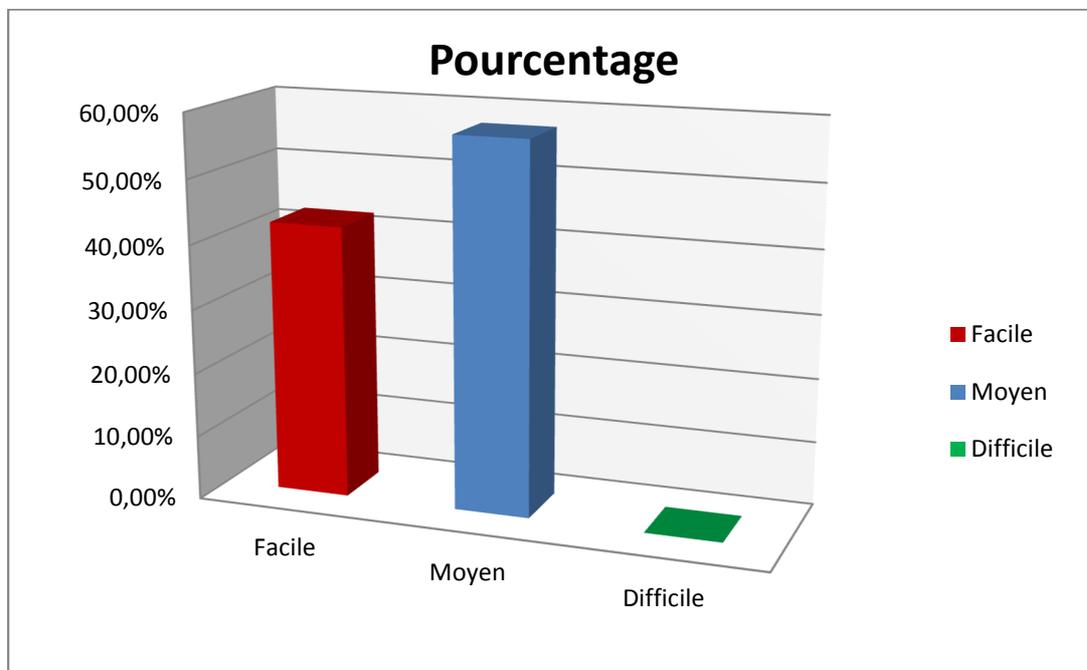
**Figure N°2** Grade actuel des enseignants

D'après les résultats obtenus on remarque une différence entre le grade des enseignants secondaires 50% sont des professeurs d'enseignement secondaire, 32,5% des professeurs principaux d'enseignement secondaire et 17,5% professeur formateur d'enseignement secondaire.

**Question N°3 :** Comment évaluer vous le déroulement de vos séances d'EPS ?

**Tableau N°3 :** Evaluation de déroulement de la séance d'EPS

	Fréquences	Pourcentage
Facile	17	42,5%
Moyen	23	57,5%
Difficile	00	00%
Total	40	100%



**Figure N°3** Evaluation de déroulement de la séance d'EPS

Les résultats de cette question nous montrent que l'évaluation de déroulement de la séance d'éducation physique et sportive est moyenne.

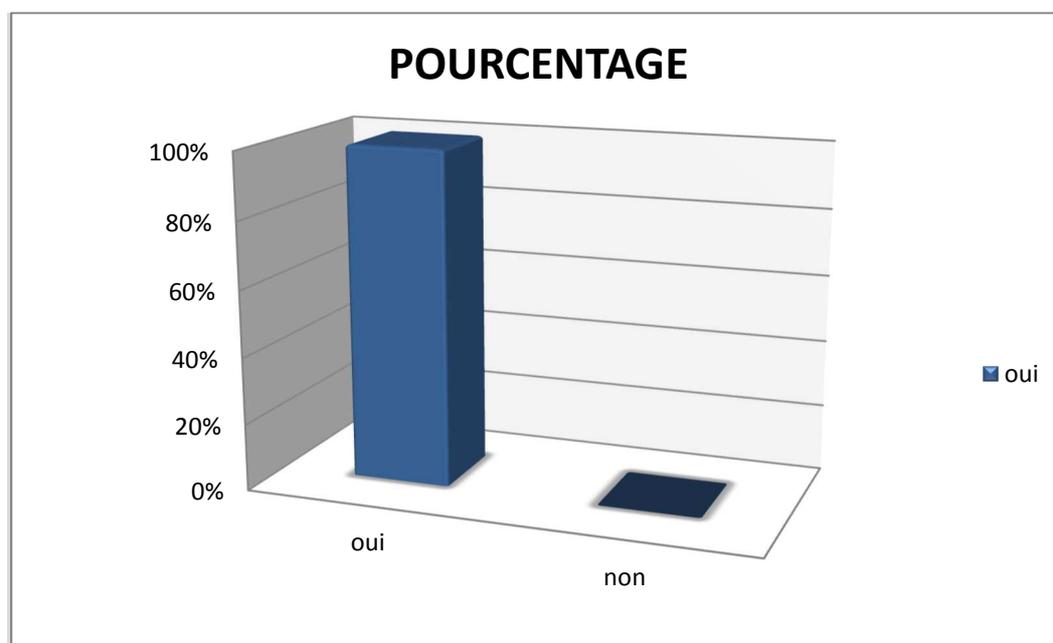
Soit 42% des enseignants disent que le déroulement de la séance d'éducation physique et sportive est facile, 57% disent qu'elle est moyenne.

Cela veut dire que les enseignants d'EPS maîtrisent la préparation, l'organisation, et la réalisation de leurs séances d'EPS.

**Question N°4 :** Pensez-vous que le jeu pré-sportif attire l'attention de vos élèves ?

**Tableau N°4 :** Le jeu pré-sportif et l'attention des élèves

	Fréquences	Pourcentage
<b>Oui</b>	40	100%
<b>Non</b>	00	00%
<b>Total</b>	40	100%



**Figure N°4 :** Le jeu pré-sportif et l'attention des élèves

De ce fait les résultats obtenus nous informent que 100% des enseignants sont d'accord que les jeux pré-sportifs attirent l'attention des élèves pendant la séance d'EPS.

L'impact des jeux pré-sportifs sur l'attention peut être expliqué par les théories de l'attention qui stipulent le changement et la variation et parmi les facteurs qui suscitent l'attention, bien entendu la nature des jeux pré-sportifs met l'élève dans un changement perpétuel ce qui attire son attention.

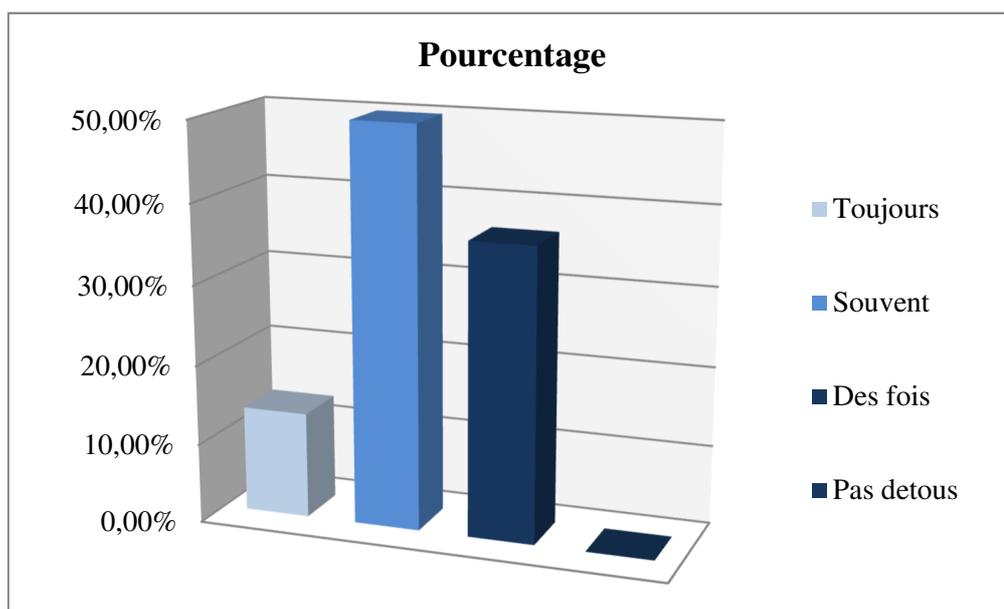
**Question N°5 :** intégrez-vous le jeu dans les séances d'EPS ?

**Tableau N°5 :** L'intégration des jeux dans les séances d'EPS

	Fréquences	Pourcentage
<b>Toujours</b>	08	13,33%
<b>Souvent</b>	19	50%
<b>Des fois</b>	13	36,66%
<b>Pas de tous</b>	00	00%
<b>Total</b>	40	100%

**Tableau N°06 :** Test de khi-deux (QN°05) Pour tester la signification des différences en faveur de la valeur la plus fréquente

QN°05	Réponses	Effectifs observé	Effectifs théorique	Khi-deux	ddl	Signification
	Toujours	8	13,3	43,550	2	0,000 Signifiante
	Souvent	19	13,3			
	Des fois	13	13,3			



**Figure N°5 :** L'intégration et l'utilisation des jeux dans les séances d'EPS

Les résultats de Test de khi-deux (QN° 5) montrent que les différences en faveur de la valeur la plus fréquente sont significantes

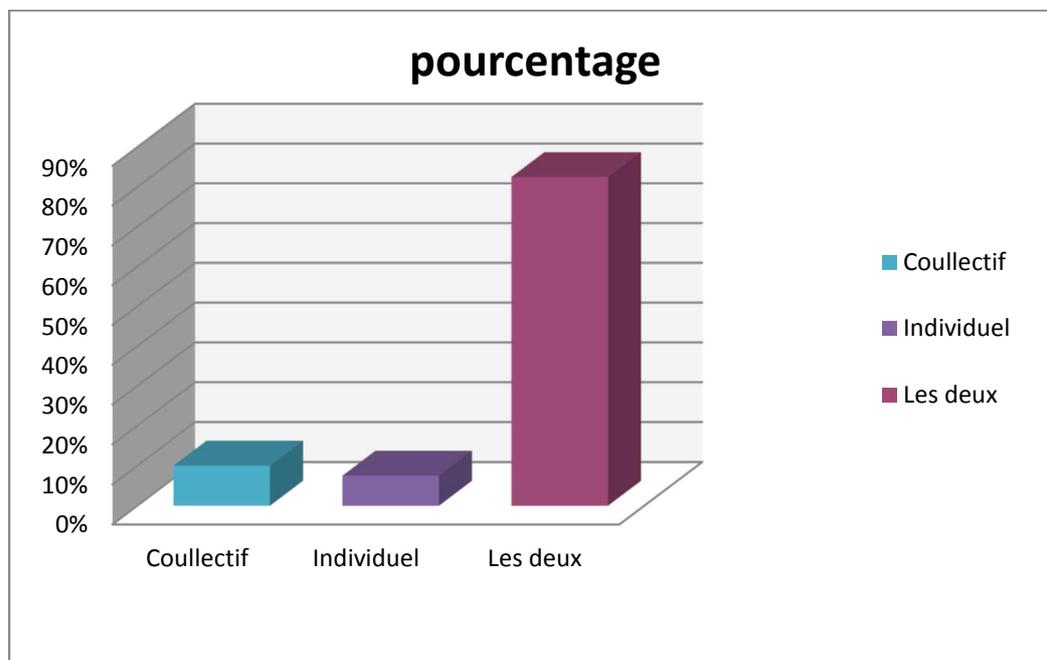
Les résultats de cette question nous montrent que 13,33% des enseignants utilisent le jeu toujours et chaque séance 50% souvent, devant 36,66% qui utilisent le jeu des fois.

Le jeu est toujours présent dans la séance d'éducation physique et sportive, chose qui prouve l'indispensabilité de jeu dans les séances d'EPS vu la possibilité de l'utiliser pour tous types d'objectifs.

**Question N°6 :** Pour quel sport préféré vous utiliser les jeux ?

**Tableau N°7 :** Le sport préféré pour utiliser les jeux

	Fréquences	Pourcentage
<b>Collectif</b>	04	10%
<b>Individuel</b>	03	7,5%
<b>Les deux</b>	33	82,5%
<b>Total</b>	40	100%



**Figure N°6** Le sport préféré pour utiliser les jeux

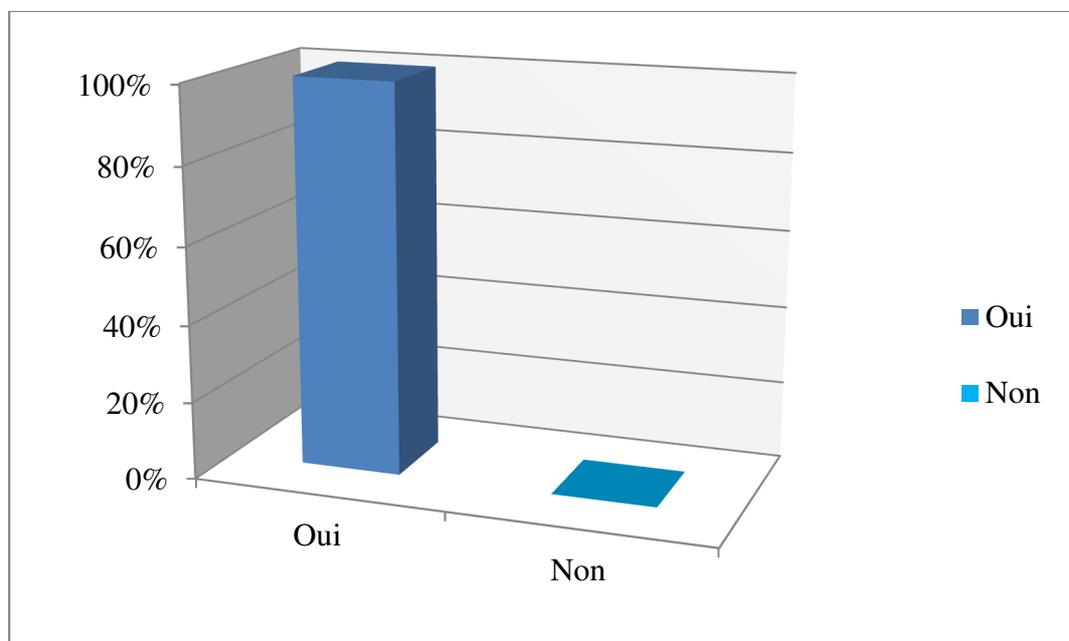
Nous pouvons constater à travers les données de tableau que la majorité des enseignants préfèrent d'intégrer les jeux dans les sports individuels et collectifs avec un pourcentage de 82,5% par contre 10% préféré le sport collectif et 7,5% préféré le sport individuel.

Ceci nous permette de dire que les enseignants ne préféré pas un sport par rapport à un autre, pour les enseignants l'utilisation des jeux est préférée pour les deux sports.

**Question N°7 :** Pensez-vous que le jeu doit occuper une place importante dans vos séances d'EPS ?

**Tableau N°8 :** L'importance et la place des jeux dans les séances d'EPS

	Fréquences	Pourcentage
<b>Oui</b>	40	100%
<b>Non</b>	00	00%
<b>Total</b>	40	100%



**Figure N°7** L'importance et la place des jeux dans les séances d'EPS

Selon les résultats obtenus dans le tableau 100% des enseignants jugent que le jeu doit occuper une place importante dans l'EPS.

Le consensus des enseignants sur l'importance des jeux relève de leurs pratiques quotidiennes, ainsi que les instructions de leurs responsables pédagogiques.

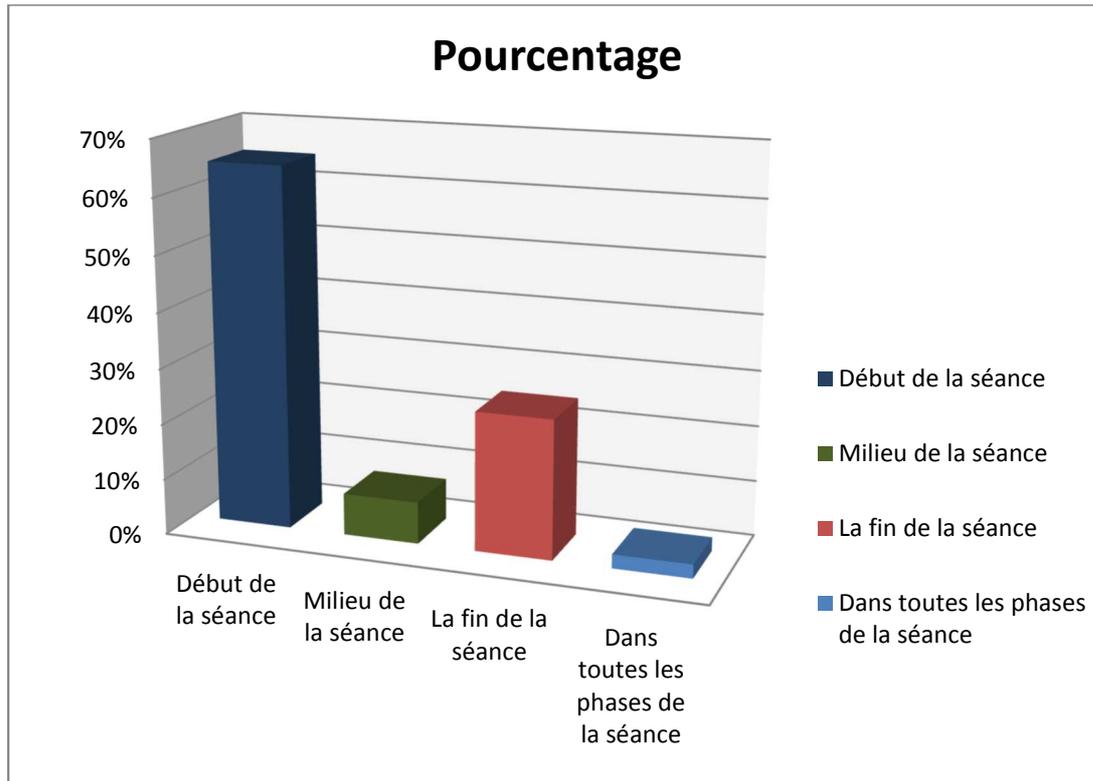
**Question N°8 :** Ou placez-vous les situations de jeux par rapport à la séance ?

**Tableau N°9 :** Places des situations de jeux par rapport à la séance

	Fréquences	Pourcentage
<b>Début de la séance</b>	26	65%
<b>Milieu de la séance</b>	10	25%
<b>La fin de la séance</b>	03	7,5%
<b>Dans toutes les phases de la séance</b>	01	02,5%
<b>Total</b>	40	100%

**Tableau N°10 :** Test de khi-deux (QN°8) Pour tester la signification des différences en faveur de la valeur la plus fréquente

QN°8	Réponses	Effectifs observé	Effectifs théorique	Khi- deux	ddl	Signification
	Début de la séance	26	10,0	38,600	3	0,000 Signifiante
	Milieu de la séance	10	10,0			
	La fin de la séance	03	10,0			
	Dans toutes les phases de la séance	01	10,0			



**Figure N°8** Places des situations de jeux par rapport à la séance

Les résultats de Test de khi-deux (QN° 8) montrent que les différences en faveur de la valeur la plus fréquente sont significantes

Nous remarquons que 65% des enseignants placent les situations de jeux au début de la séance et 25% au milieu de la séance et 7,5% à la fin de la séance.

Cela nous amène à déduire que le jeu est généralement utilisé au le début de la séance d'éducation physique et sportive

L'utilisation des jeux au début de la séance permette aux enseignants de s'assurer sur l'état d'échauffement de leurs élèves, et aussi de créer un climat motivationnel de travail pour ses élèves.

Voir ça dans la question n°9 avec un pourcentage de 50% pour la motivation.

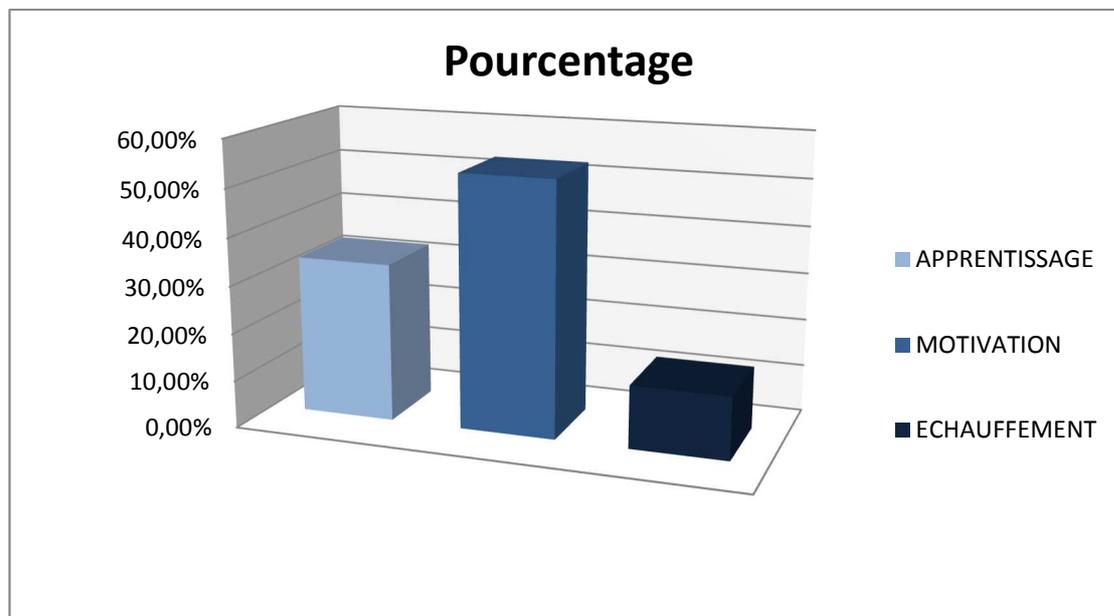
**Question N°9 :** Dans quel but utilisez-vous les jeux pré sportifs ?

**Tableau N°11 :** Le but de l'utilisation des jeux pré-sportifs

	Fréquences	Motivation
<b>Apprentissage</b>	14	35%
<b>Motivation</b>	20	50%
<b>Echauffement</b>	06	15%
<b>Total</b>	40	100%

**Tableau N°12 :** Test de khi-deux (QN°9) Pour tester la signification des différences en faveur de la valeur la plus fréquente

QN°9	Réponses	Effectifs observé	Effectifs théorique	Khi-deux	ddl	Signification
	Apprentissage	14	13,3	7,400	2	0,025 Signifiante
	Motivation	20	13,3			
	Echauffement	06	13,3			



**Figure N°9** Le but de l'utilisation des jeux pré sportif

Les résultats de Test de khi-deux (QN 9) montrent que les différences en faveur de la valeur la plus fréquente sont significatives

Les jeux prennent des significations différentes dans les enquêtes mais la plus considérée est celle qui dit les jeux pré sportifs s'utilise pour la motivation.

D'après cette brasure 53,33% des enseignants considèrent que les jeux pré sportif utilisent dans le but motivationnel 33,33% d'apprentissage 13,33% d'échauffement.

L'enseignement d'éducation physique et sportive semble donner beaucoup plus d'importance à cette dimension du jeu qui est la motivation vu les caractéristiques de la tranche d'âge des lycéens et les buts fixés par l'éducation physique et sportive.

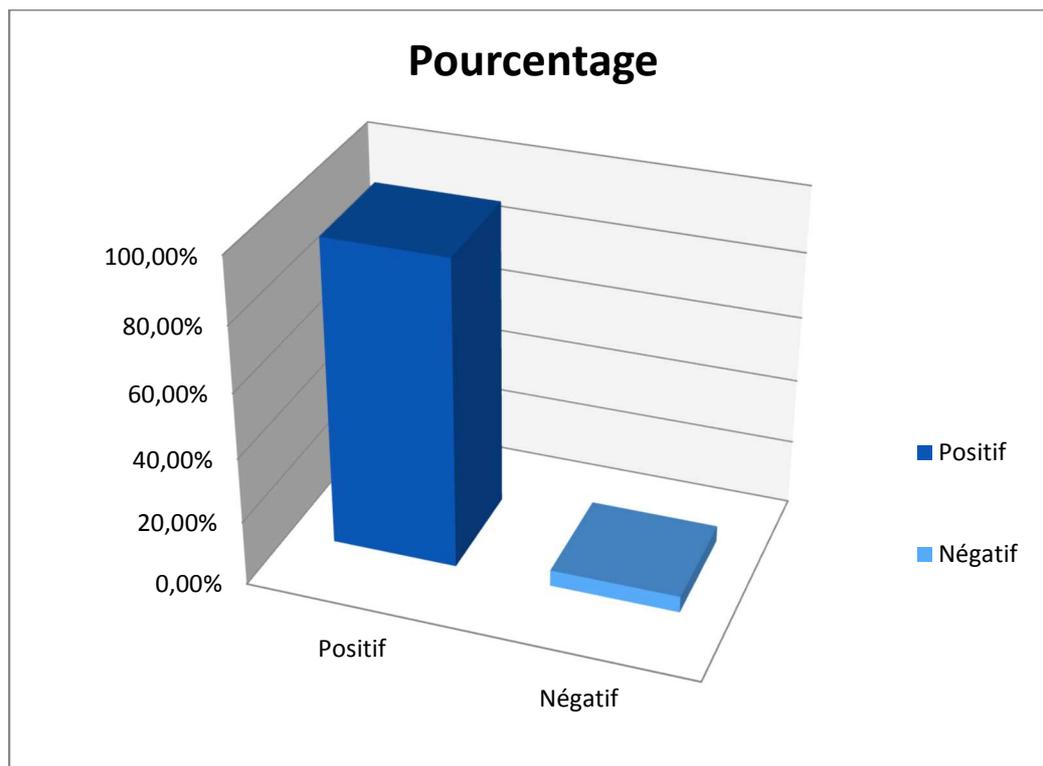
**Question N°10 :** Comment voyez-vous l'effet de jeu sur l'objectif de la séance ?

**Tableau N°13 :** L'effet de jeu sur l'objectif de la séance

	Fréquences	Pourcentage
<b>Positif</b>	38	95%
<b>Négatif</b>	02	05%
<b>Total</b>	40	100%

**Tableau N°14 :** Test de khi-deux (QN° 10) Pour tester la signification des différences en faveur de la valeur la plus fréquente

QN° 10	Réponses	Effectifs observé	Effectifs théorique	Khi-deux	ddl	Signification
	Positive	38	20,0	32,400	1	0,000 Signifiante
	Négative	02	20,0			



**Figure N°10** L'effet de jeu sur l'objectif de la séance

Les résultats de Test de khi-deux (QN 10) montrent que les différences en faveur de la valeur la plus fréquente sont significantes

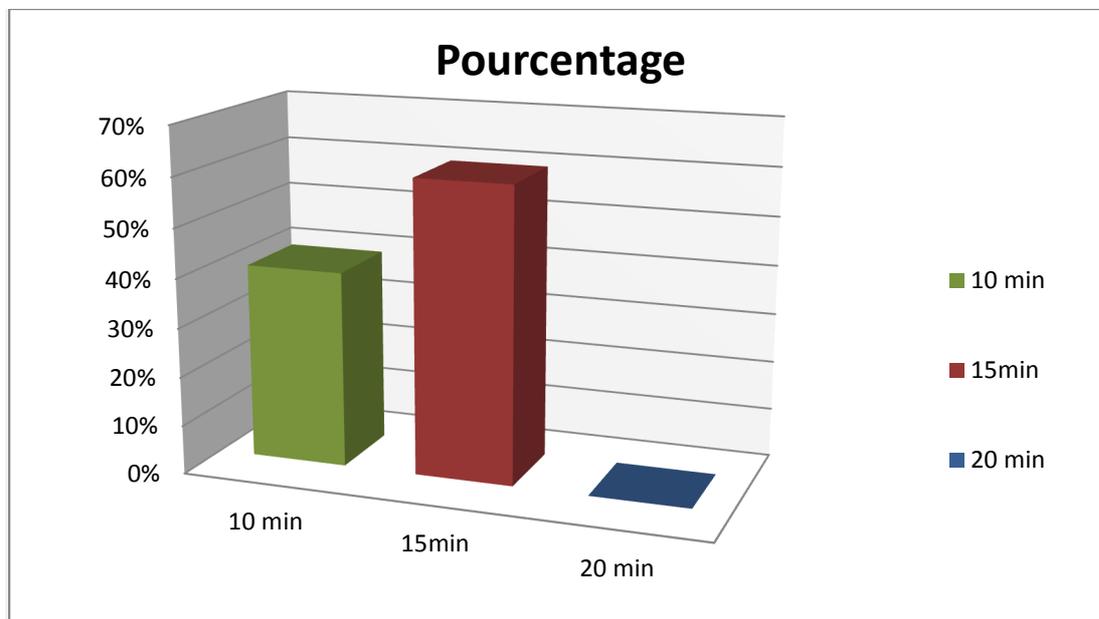
Cet histogramme nous indique que 95% des enseignants disent que l'effet de jeu sur l'objectif de la séance d'éducation physique et sportive est positif par contre 05% des enseignants dit que c'est négatif

D'après l'analyse de la figure N°10 on constate que le jeu a un effet positif sur l'objectif de la séance d'éducation physique et sportive parce que les objectifs recherchés peuvent être ciblés suivant les directifs du jeu.

**Question N°11 :** Quel est le volume horaire que vous accordez pour les situations de jeux ?

**Tableau N°15 :** Le volume horaire accordé aux situations de jeux

	Fréquences	Pourcentage
<b>10 min</b>	16	40%
<b>15 min</b>	24	60%
<b>20 min</b>	00	00%
<b>Total</b>	40	100%



**Figure N°11** Le volume horaire accordé aux situations de jeux

D'après les résultats de cette question on trouve 60% des enseignants de l'éducation physique et sportive accordent 15 min de volume horaire dans la situation de jeu le reste soit 40% pour 10 min de volume horaire.

Cela nous confirme l'implication des jeux dans les différentes parties de la séance.

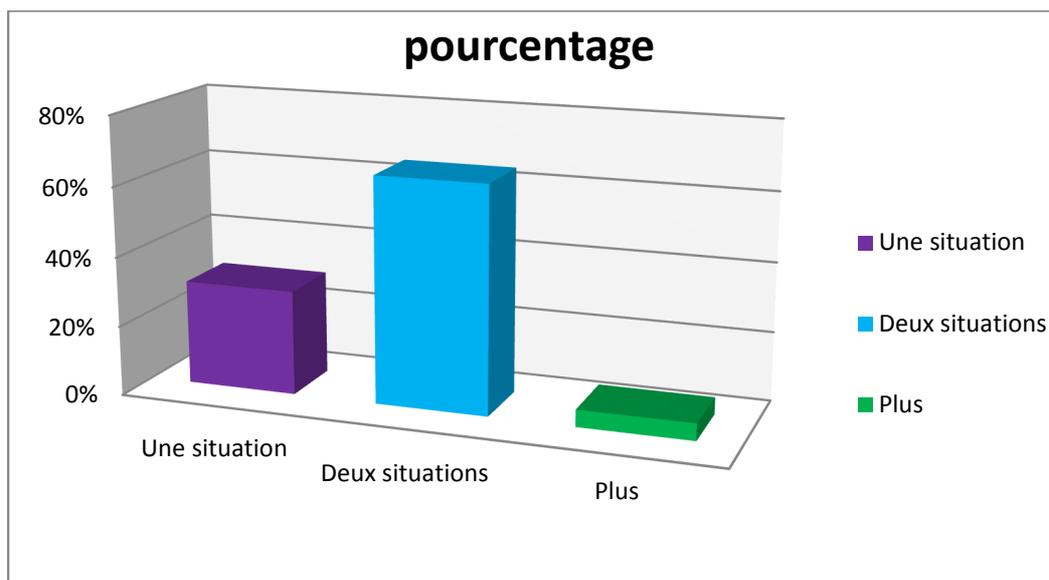
**Question N°12 :** Quel est le nombre de situations de jeux que vous proposez dans une séance ?

**Tableau N°16 :** Le nombre de situations de jeux dans la séance d'EPS

	Fréquences	Pourcentage
<b>Une situation</b>	12	30%
<b>Deux situations</b>	26	65%
<b>Plus</b>	02	05%
<b>Total</b>	40	100%

**Tableau N°17 :** Test de khi-deux (QN°12) Pour tester la signification des différences en faveur de la valeur la plus fréquente

QN°12	Réponses	Effectifs observés	Effectifs théorique	Khi- deux	ddl	Signification
	Une situation	12	13,3	21,800	2	0,000 Signifiante
	Deux situations	26	13,3			
	Plus	02	13,3			



**Figure N°12** Le nombre de situations de jeux dans la séance d'EPS

Les résultats de Test de khi-deux (QN °12) montrent que les différences en faveur de la valeur la plus fréquente sont significantes

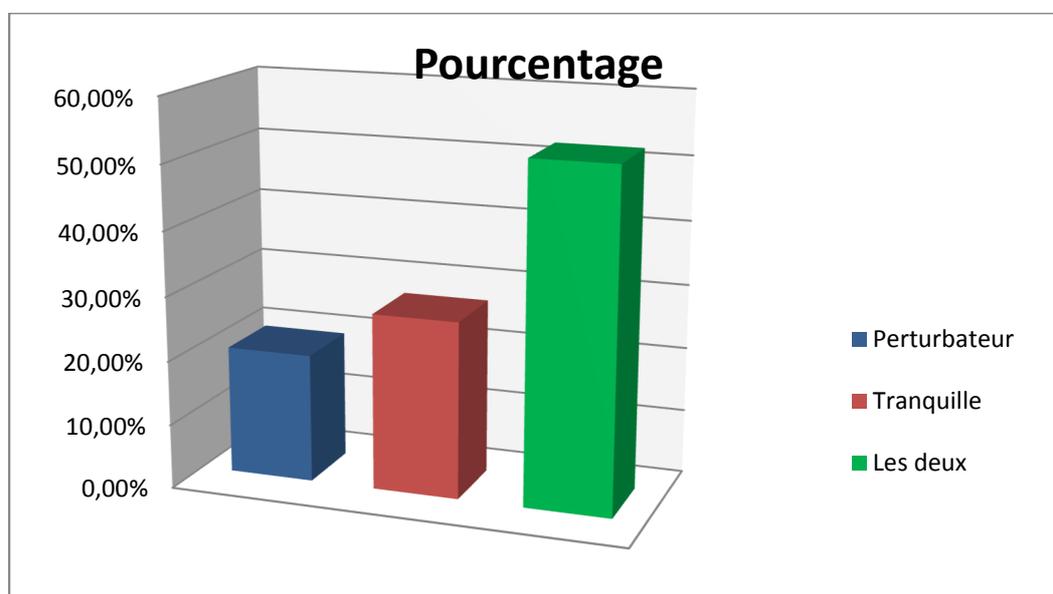
D'après le tableau on constate que la majorité des enseignants d'EPS avec un pourcentage de 65% proposent deux situations dans la séance d'EPS et 30% proposent une situation et 05% proposent plus de deux situations

Cela peut s'expliquer par des représentations et des perceptions différentes de la part des enseignants d'EPS, une ou deux situations pendant 45 min à une heure uniquement peut-être à cause du temps que nécessitent ce genre de situations.

**Question N°13 :** Quel sont les élèves que vous pensez intéressés par les jeux ?

**Tableau N°18 :** Les élèves qu'ils sont intéressé par les jeux

	Fréquences	Pourcentage
<b>Perturbateur</b>	08	20%
<b>Tranquille (calme)</b>	11	27,5%
<b>Les deux</b>	21	52,5%
<b>Total</b>	40	100%



**Figure N°13** Les élèves qu'ils sont intéressé par les jeux

La figure ci-dessus montre que 57,7% des enseignants interrogés disent que tous les élèves préfèrent les jeux en EPS et 32,5% disent que les élèves tranquilles qui s'intéressent aux jeux dans la séance d'EPS et 20% disent que les élèves perturbateurs qui s'intéressent aux jeux.

On peut dire à partir de ces résultats que la majorité des enseignants d'EPS affirment que tous les élèves sont intéressés par les jeux, donc les jeux peuvent être un moyen efficace pour que l'enseignant gère sa séance.

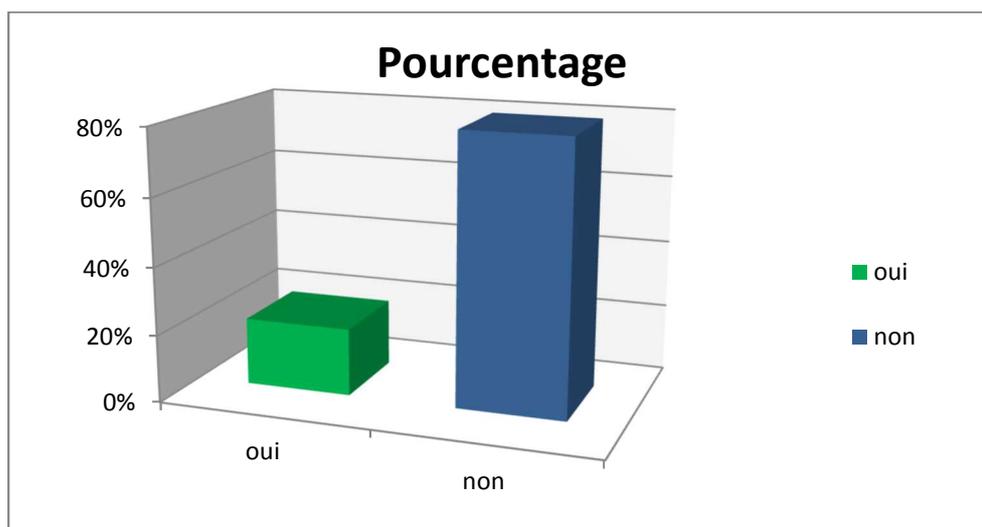
**Question N°14 :** Pour quel genre d'élève voyez-vous que les jeux sont importants ? pour les élèves qui :

**Tableau N°19 :** Les jeux sont importants pour quelque genre d'élève

	Fréquences	Pourcentage
<b>Pratiquent le sport ailleurs</b>	12	30%
<b>Ne pratique pas le sport ailleurs</b>	28	70%
<b>Total</b>	40	100%

**Tableau N°20 :** Test de khi-deux (QN°14) Pour tester la signification des différences en faveur de la valeur la plus fréquente

QN °14	Réponses	Effectifs observés	Effectifs théorique	Khi- deux	ddl	Signification
	Pratique le sport ailleurs	12	20,0	6,400	1	0,011 Signifiante
	Ne pratique pas le sport ailleurs	28	20,0			



**Figure N°14** Les jeux sont importants pour quelque genre d'élève

Les résultats de Test de khi-deux (QN°14) montrent que les différences en faveur de la valeur la plus fréquente sont significatives

La Figure ci-dessus montre que 70% des enseignants disent que les jeux sont beaucoup plus importants pour les élèves qui ne pratiquent pas le sport ailleurs et 30% disent que les jeux sont importants pour les élèves qui pratiquent le sport ailleurs.

A partir de ces résultats en conclut que les enseignants utilisent les jeux dans la séance d'EPS pour intégrer les élèves non pratiquant du sport ailleurs, car c'est parfois le seul moyen pour ses élèves pour prendre part dans les jeux.

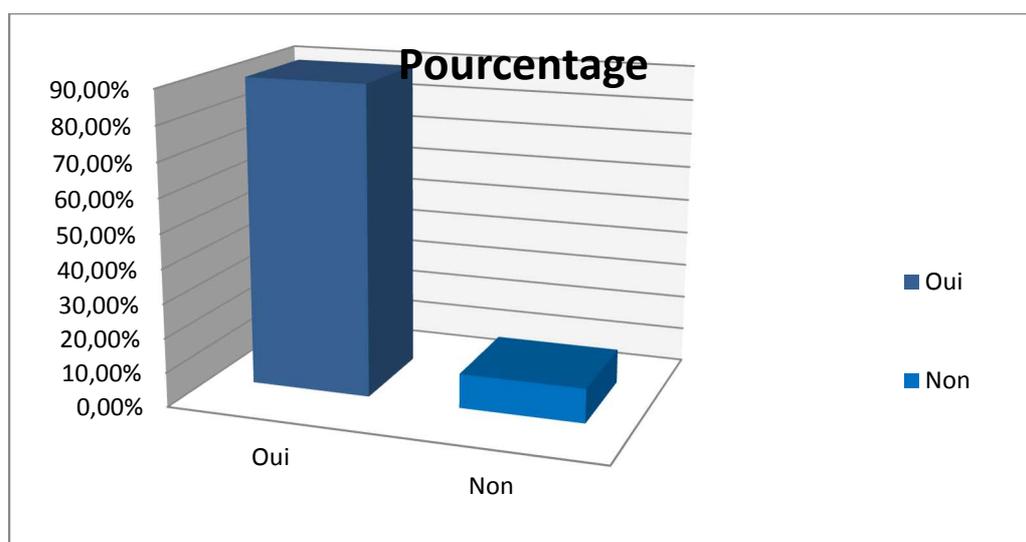
**Question N° 15 :** Existe-t-il une progressivité dans l'utilisation des jeux dans la séance d'EPS ?

**Tableau N°21 :** La progressivité dans l'utilisation des jeux dans la séance d'EPS

	Fréquences	Pourcentage
<b>Oui</b>	36	90%
<b>Non</b>	04	10%
<b>Total</b>	40	100%

**Tableau n 22 :** Test de khi-deux (QN°15) Pour tester la signification des différences en faveur de la valeur la plus fréquente

QN 15	Réponses	Effectifs observé	Effectifs théorique	Khi- deux	ddl	Signification
	Oui	36	20,0	25,600	1	0,000 Signifiante
	Non	04	20,0			



**Figure N°15** La progressivité dans l'utilisation des jeux dans la séance d'EPS

Les résultats de Test de khi-deux (QN°15) montrent que les différences en faveur de la valeur la plus fréquente sont significantes

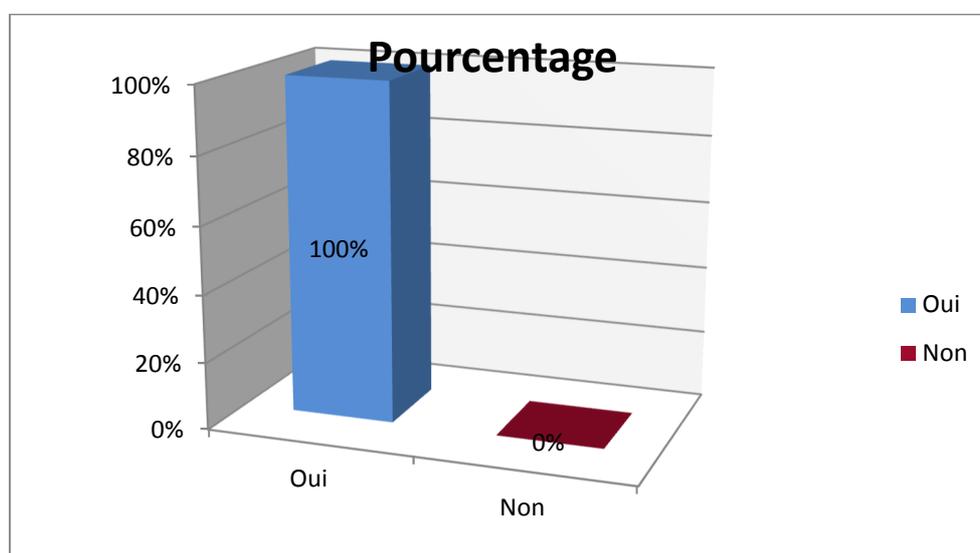
Ses résultats nous montrent que 90% des enseignants trouvent une progressivité dans l'utilisation de jeu dans la séance d'éducation physique et sportive (la majorité) par contre 10% des enseignants disent le contraire.

Donc d'après les résultats obtenus les jeux utilisés et ceux proposés par les enseignants suivent toujours une progression pour que l'enseignant ne s'éloigne pas de ses objectifs.

**Question N° 16 :** Es ce que le jeu permette meilleure motivation ?

**Tableau N° 22 :** Le jeu permettre une meilleure motivation

	Fréquences	Pourcentage
<b>Oui</b>	40	100%
<b>Non</b>	00	00%
<b>Total</b>	40	100%



**Figure N°16** le jeu permettre une meilleure motivation

D'après les résultats de cet histogramme, 100% des enseignants sont d'accord et pensent que le jeu permet une meilleure motivation, car à travers ce jeu l'élève va pouvoir s'exprimer, se montrer et se réaliser devant les autres.

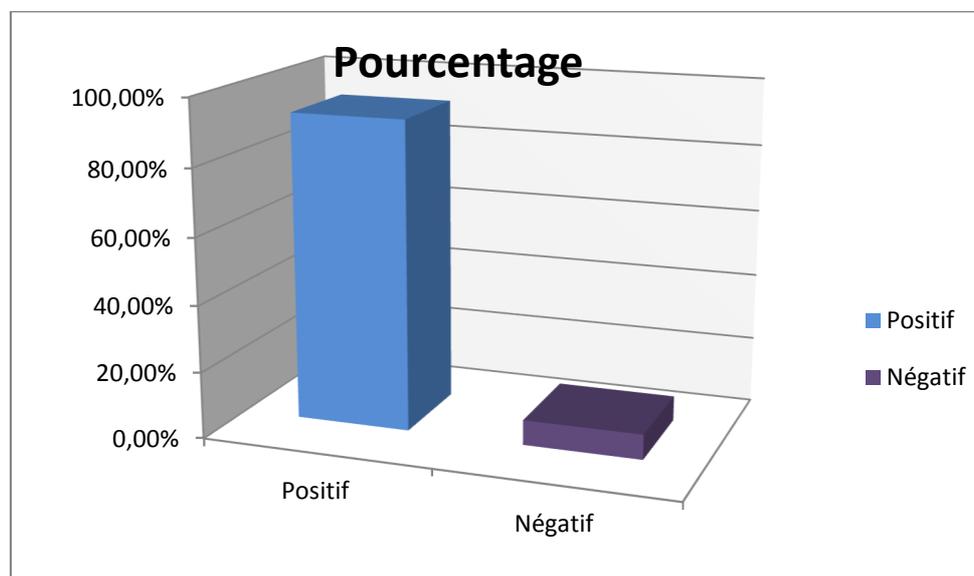
**Question N°17 :** Le bilan de vos séances de jeu, par rapport aux autres séances est t-il ?

**Tableau N°23 :** le bilan de séance de jeu

	Fréquences	Pourcentage
<b>Positive</b>	37	92,5%
<b>Négative</b>	03	7,5%
<b>Total</b>	40	100%

**Tableau N°24 :** Test de khi-deux (QN°17) Pour tester la signification des différences en faveur de la valeur la plus fréquente

QN 17	Réponses	Effectifs observé	Effectifs théorique	Khi- deux	ddl	Signification
	Positive	37	20,0	28,900	1	0,000 Signifiante
	Négative	03	20,0			



**Figure N°17 :** le bilan de séance de jeu

Les résultats de Test de khi-deux (QN°17) montrent que les différences en faveur de la valeur la plus fréquente sont significantes

Le bilan des séances à dominante jeu ; suivant les résultats obtenus sont positifs que ce soit chez les enseignants 92,5% par rapport à d'autre séance,

Ce qui prouve l'efficacité du jeu dans les séances d'éducation physique et sportive.

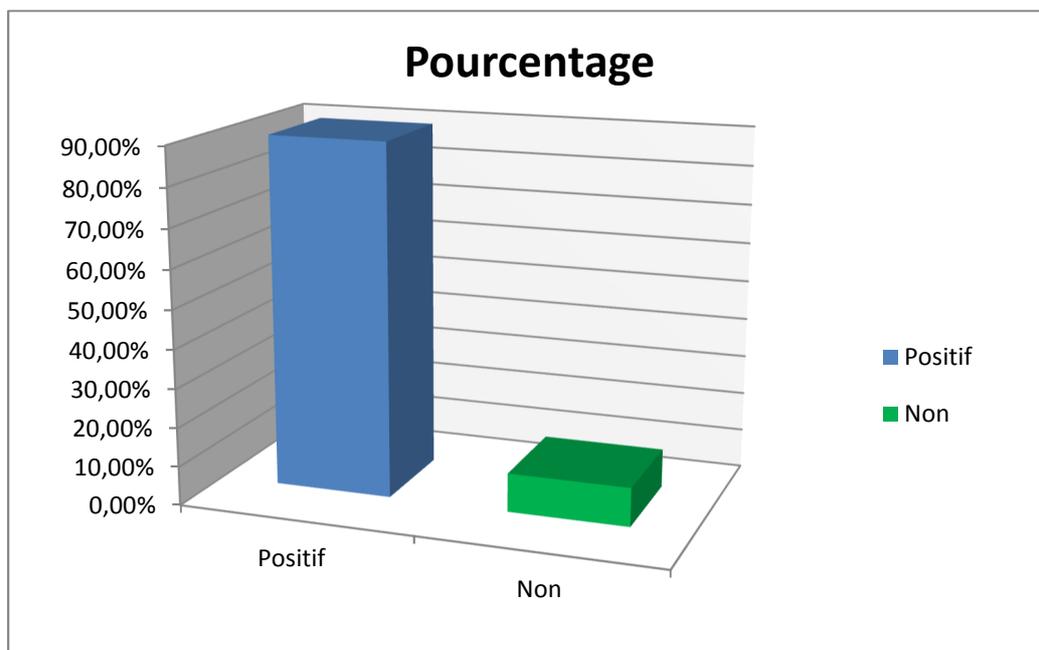
**Question N° 18 :** Comment voyez-vous la participation de vos élèves à la séance du jeu ?

**Tableau N° 24 :** La participation des élèves à la séance du jeu

	Fréquences	Pourcentage
<b>Positif</b>	36	90%
<b>Négatif</b>	04	10%
<b>Total</b>	40	100%

**Tableau N°25 :** Test de khi-deux (QN°18) Pour tester la signification des différences en faveur de la valeur la plus fréquente

QN°18	Réponses	Effectifs observés	Effectifs théoriques	Khi-deux	ddl	Signification
	Positive	36	20,0	25,600	1	0,000 Signifiante
	Négative	04	20,0			



**Figure N°18** La participation des élèves à la séance du jeu

Les résultats de Test de khi-deux (QN°18) montrent que les différences en faveur de la valeur la plus fréquente sont significantes

Ses résultats montrent que tous les enseignants sont entendus que le jeu a un impact positif sur la participation des élèves.

Soit 90% des enquêtes jugent la participation des élèves dans le jeu active tandis que 10% disent qu'elle est négative.

La bonne prestation des élèves aux jeux indique l'efficacité et l'apport du jeu sur la participation des élèves à la séance d'éducation physique et sportive

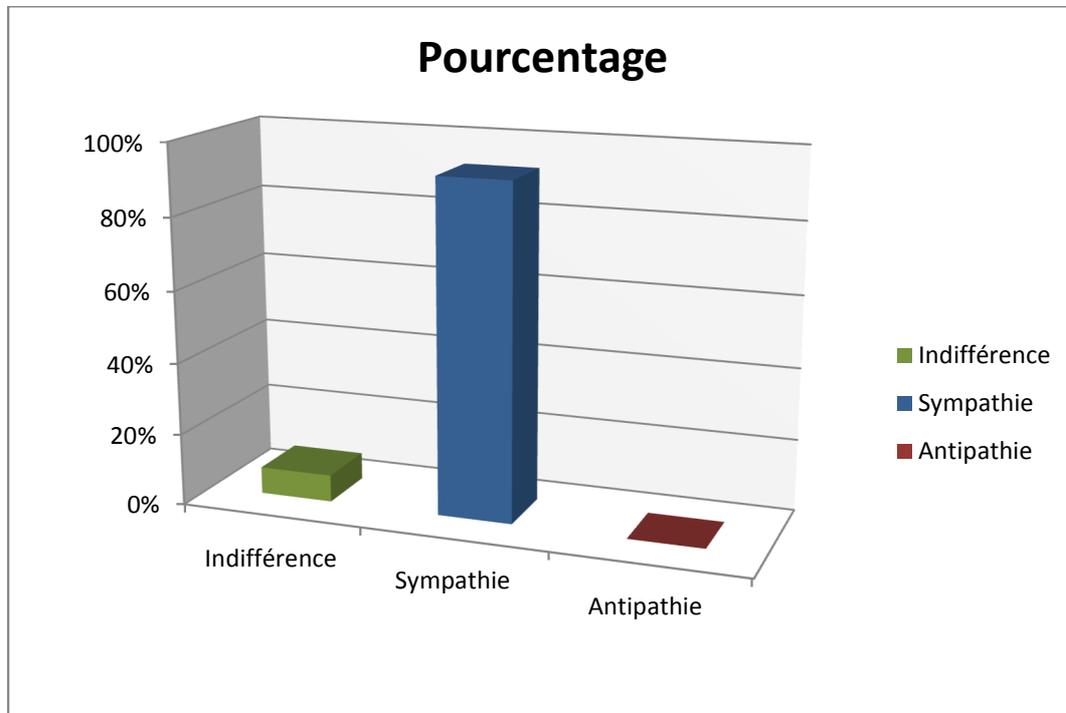
**Question N°19 :** Comment évaluez-vous les interactions inter-élèves pendant les situations de jeux ?

**Tableau N°26 :** Les interactions inter-élèves pendant les situations de jeux

	Fréquences	Pourcentage
<b>Indifférents</b>	03	7,5%
<b>Sympathies</b>	37	92,5%
<b>Antipathies</b>	00	00%
<b>Total</b>	40	100%

**Tableau N°27 :** Test de khi-deux (QN°19) Pour tester la signification des différences en faveur de la valeur la plus fréquente

QN° 19	Réponses	Effectifs observé	Effectifs théorique	Khi- deux	ddl	Signification
	Indifférents	03	20,0	28,900	1	0,000 Signifiante
	Sympathies	37	20,0			
	Antipathies	00	20,0			



**Figure N° 19** Les interactions inter-élèves pendant les situations de jeux

Les résultats de Test de khi-deux (QN°19) montrent que les différences en faveur de la valeur la plus fréquente sont significantes

Dans le but de voir l'effet des jeux sur les interactions inter-élèves, cette question nous a permis de recueillir les résultats suivants 92% des enquêtés disent que leurs élèves sont sympathies durant le jeu, le reste soit 7,5% voient leurs élèves indifférents dans le jeu.

Ce qui confirme que le jeu a un effet positif sur les interactions inter-élèves.

## Discussion générale

L'objectif de notre recherche, est de déterminer ce que l'utilisation des situations de jeu dans les séances d'EPS apporte de plus et d'avantage pour déroulement de la séance et de progressivité des objectifs chez les enseignants d'éducation physique et sportive dans les établissements secondaire. A partir de quelque question posée aux enseignants, nous avons vérifié ces données correspondant à nous hypothèses

On remarque d'après l'interprétation des résultats des questions qui concerne la place des jeux pré-sportif selon les réponses des enseignants que les jeux jouissent d'une place très importante à cause de ce qu'elles amènent de plus à la séance d'éducation physique et sportive et que l'élève est plus intéressé à la séance d'éducation physique et sportive en intégrant des situations de jeu durant la séance.

Aussi de même pour le volume horaire que les enseignants donnent aux situations de jeux est important, nous concluons qu'une grande partie des enseignants ont répondu pour 15min plus car là plus ils les intègrent dans les deux phases de la séance la phase préparatoire et la phase principale

Et pour l'utilité des jeux pré-sportif dans les séances d'EPS le taux des réponses est élevé pour les enseignants qui utilisent les jeux comme un moyen de motivation et d'apprentissage contrairement au taux de réponses pour échauffement en trouve qu'il est très faible donc on peut dire que les jeux sont beaucoup plus un moyen de motivation et d'apprentissage

En addition les jeux influent positivement sur l'objectif de la séance et permettent une progressivité et aussi aide l'enseignant à l'atteindre car ils attirent aussi les élèves à pratiquer le sport surtout pour les élèves qui n'ont pas pratiqué ou découvert le sport en dehors de l'établissement scolaire

Concernant le climat dans les séances en trouve que tous les enseignants affirment que les jeux créent un bon climat motivationnel et même le bilan est plus important par rapport aux séances d'EPS ou il n'y a pas de situation de jeu grâce la participation importante des élève et interactions de sympathie que les jeux créent entre les élèves

Enfin l'ensemble des enseignants d'éducation physique et sportive s'associent dans leurs réponses que les jeux pré sportif à une influence positive sur la séance d'éducation physique et sportive soit sur la motivation soit sur l'interaction ou la progressivité dans les objectifs des séances.

***Conclusion  
Générale***

## Conclusion

Les jeux pré sportif dans un souci d'avantage ou empêchement pour la séance d'EPS été le fil conducteur de notre recherche dans le but de détermine l'utilité des jeux pré sportif dans la séance d'EPS

Le problème concerne l'intégrité des jeux sportif dans les phases de la séance d'EPS et ce quel apporte de bien pour le déroulement de la séance et le rendement des élèves pendant la séance et même pour l'enseignant.

L'analyse bibliographique de l'EPS montre la nature ludique de la discipline qui vise essentiellement des finalités éducatives et qui doit répondre aux besoins de l'élève (enfant ou adolescent), à savoir découvrir et s'exprimer par le jeu.

Concernant les caractéristiques de cette tranche d'âge à savoir l'adolescence, les plus importants éléments soulignés sont les changements physiologiques et psychologiques et qui nécessitent une intervention pédagogique appropriée, et c'est la ou les études soulignent le défi majeure de l'enseignant par rapport à la motivation des élèves qui doit être principalement intrinsèque ce qu'explique l'introduction des jeux dans la conception des différentes situations de jeu.

D'après les résultats obtenus à partir des réponses des enseignants d'EPS au lycée On constate que les jeux sont un outil très efficace pour la séance d'EPS qui influes positivement sur rendement des élèves et crée un climat motivationnel durant les séances et même facilite la tâche pour l'enseignant et l'aider à bien, gérer sa classe

Cette modeste recherche nous a permet d'être sur le terrain et de le voir de prêt nous a inspirer à proposer quelque recommandation concernant notre thème de recherche :

- ❖ Intégrer les jeux sportifs dans les phases de la séance d'EPS
- ❖ Sensibiliser le public à l'importance des jeux prés sportif dans la séance d'éducation physique et sportif, en particulier pour les adolescents au niveau secondaire en mettant en évidence l'importance et les objectifs par le professeur.
- ❖ Proposer des unités d'apprentissage qui contient des jeux pour motiver les élèves.
- ❖ Créer la bonne atmosphère pour le succès des jeux pré sportif de la part du point de vue psychologique

# Bibliographie

### Ouvrage

- ARNAUD .et.WITTING « introduction à la psychologie » édition b.n.québec 2<sup>ème</sup> trimestre 1980.
- BILLARD, R. I. (2005). *L'enseignant des activités physiques et sportives et artistiques*. Paris: ellipses.
- CAROLE SEVE, encadrement et animation : de la pratique sportive psychologique et pédagogique, édition Amphore, France, 2009.
- E.DOBLER M.KHENE. Edition vurburg Berlin. 1966
- HENRIT LAMOUR, traité thématique de pédagogie de l'EPS. Edition vigot. paris 1986
- LEIF, J. (1980). Problèmes de psychopédagogie. Paris : Nathan
- LIEURY, A. et FENOUILLET, F. (1996). *Motivation et réussite scolaire*. Paris: Dunrod.
- MONTAIGNE, les essais de. 1580
- MAURICE, P. (1992) .pédagogie des activités physique et du sport. *Reuves EPS*.
- MILARET, G. (1979). *Vocabulaire de l'éducation*. Paris : presses universitaires de France.
- PARLEBAS, 1981). *Contribution a un lexique commenté en science de l'action motrice*. Paris: insep.
- PINEAU, C.1990). *Introduction a une didactique de l'EPS dossier d'EPS n°8*. Paris: EPS.
- ROCHE, J. (1996). *La leçon d'éducation physique*. Dijon: CRDP Bourgogne.
- R.VIAU, la motivation en contexte scolaire. Edition Vigot, 1997.
- SARREMEJANE, P. (2004). *L'EPS depuis 1945 histoire des théories et des méthodes*. Paris: vuibert.
- SENERS, P. (2002). *La leçon d'EPS*. Paris: vigot
- VALERAND ET THILL 1993 Introduction à la psychologie de la motivation

- VINCENT LAMOTTE. Lexique de l'enseignement de l'EPS. Dépôt légal. 1er édition : 2005, mars 3eme tirage : 2007.
- WEINEK, J. (1990). *Manuel d'entrainement*. Paris: vigot.

### **Revue**

- L'éducation physique et le sport à l'école en Europe, (2013). *Commission européenne*,
- Programme d'EPS. Apparus dans le code d'EPS. 1983
- Programme de l'enseignement d'éducation physique et sportive, bulletin officiel spécial n° 6 du 28 aout 2008.

### **DICTIONNAIRE**

BOUDON R. BESNARD P et autres. Dictionnaire de sociologie. Larousse. Paris.France. 1999.

HACHETTE dictionnaire. 2004.

LAROUSSE, dictionnaire encyclopédique pour tous. 1981

LE PETIT LAROUSSE. Paris : Larousse, 2003.

# *Annexes*

**Veillez indiquer s'il vous plait :**

**UNIVERSITE A MIRA DE BEJAIA**

**FACULTE DES SCIENCE HUMAINS ET SOCIALES**

**Département des STAPS**

**QUESTIONNAIRE DE RECHERCHE**

**Thème :**

L'apport des jeux prés sportifs pendant les séances d'éducation physique et sportive dans l'enseignement secondaire

**Questionnaire destiné aux enseignants d'EPS**

**Présenté par :**

**-Bouchoucha Narima**

**-Hamdad Mouhemed Amine**

**Encadreur :**

**-Mr :Akache Mokrane**

**Année universitaire**

**2017-2018**

**Etablissement :** .....

**Chers (es) enseignant :**

Nous vous prions de bien vouloir prendre part de notre travail de recherche sur «L'apport des jeux pré sportif en éducation physique et sportive».

A cet effet, nous pensons que votre implication sincère et votre aide indispensable, contribueront à la réussite de cette recherche. Ainsi, nous vous prions de lire chaque question avant d'y répondre, car notre travail dépend essentiellement de la précision de vos réponses.

Nous nous engageons à une confidentialité totale de vos réponses avec nos vifs remerciements.

**Grille d'entretien :**

Nous avons finalisé une grille d'entretien qui va nous permettre d'interroger les enseignants. Cette grille d'entretien est constituée de deux parties distinctes, introduites par de petites phrases qui indiquent aux questionnés les différents thèmes que nous abordons, ainsi, nous traitons l'apport des jeux pré sportif pendant les séances d'EPS

## Questionnaire :

01-Depuis quand exercez-vous dans le domaine d'enseignement ?

- 1ans à 10ans
- 10ans à 20ans
- 20ans à 30ans

02-Quel est votre grade actuel ?

- Professeur d'enseignant secondaire
- Professeur principale d'enseignant secondaire
- Professeur formateur d'enseignant secondaire

03-Comment évaluer vous le déroulement de vos séances d'EPS ?

- Facile
- Moyen
- Difficile

04- Pensez vous que le jeu pré-sportif attire l'attention de vos élèves ?

- Oui
- Non

05- Parfois vous intégrés le jeu dans les séances d'EPS ?

- Toujours
- Souvent
- Des fois
- Pas de tous

06-Pour quel sport préféré vous utiliser les jeux

- Collectifs
- Individuelles
- Les deux

07-Pensez-vous que les jeux doit occupe une place importante dans vos séances d'EPS ?

- Oui
- Non

## Annexe

---

08- Ou placez-vous les situations de jeux par rapport à la séance

- Début de la séance
- Milieu de la séance
- La fin de la séance
- Dans toutes les phases de la séance

09- Dans quel but utilisez-vous les jeux pré-sportifs, dans le but

- D'apprentissage
- Motivation
- Echauffement

10-- Comment voyez-vous l'effet de jeu sur l'objectif de la séance ?

- Positif
- Négatif

11- Quel est le volume horaire que vous accordez pour les situations de jeux ?

- 10 min
- 15min
- 20 min

12- Quel est le nombre de situations de jeux que vous proposez dans une séance ?

- Une situation
- Deux situations
- Plus

13- Quel son les élèves pensez vous qu'ils sont intéressé par les jeux ?

- Perturbateur
- Tranquille (calme)
- Les deux

14- Pour quelle genre d'élève voyez-vous que les jeux sont important ?, pour les élèves qui :

- Pratiquent le sport ailleurs
- Ne pratique pas le sport ailleurs

## Annexe

---

15-Existe-t-il une progressivité dans l'utilisation des jeux dans la séance d'EPS

- Oui
- Non

16-Es-ce que le jeu permet une meilleure motivation

- Oui
- Non

17-Le bilan de vos séances de jeu, par rapport aux autres séances est t-il ?

- Positif
- Négative

18-Comment voyez vous la participation des vos élèves à la séance du jeu ?

- Positive
- Négative

19-Comment évaluez vous les interactions inter-élèves pendant les situations de jeux ?

- Indifférence
- Sympathie
- Antipathie

## **Résumé**

L'objectif de cette étude est de déterminer l'effet des jeux sur le déroulement de la séance de l'EPS et la progressivité des objectifs chez les enseignants d'éducation physique et sportive dans les établissements secondaires. Une enquête a été menée entre janvier 2018 et mai 2018 auprès d'un échantillon représentatif de 40 enseignants aux établissements secondaires. Des questions répertoriant le déroulement de la séance d'EPS avec et sans utilisation des jeux durant la séance pour déterminer ce que les jeux apportent comme avantage pour la séance ainsi que le climat qu'elle crée.

Les données ont été recueillies à l'aide d'un questionnaire destiné aux enseignants d'EPS au lycée.

Les résultats obtenus montrent que les jeux occupent une place très importante grâce à l'avantage à ces effets pour la séance et qu'il existe une différence entre une séance auquel les jeux sont intégrés et les séances où les jeux ne sont pas intégrés. Cette différence concerne le climat motivationnel et le rendement des élèves durant la séance d'EPS et même pour les enseignants qui trouvent que les jeux aident à atteindre les objectifs facilement par rapport aux autres séances.

Mots clés : éducation physique et sportive, jeux pré-sportifs

## **Summary**

This study aims to determine the effect of the games on the session of the physical education and the progressivity of the objectives among the teachers of physical education and sports in the secondary schools. The research was conducted between January 2018 and May 2018 among a representative sample of 40 secondary school teachers. Questions listing the progress of the EPS session with and without use of the games during the session to determine what the games bring benefit for the session and the climate it creates.

The data was collected using a questionnaire intended for secondary school teachers.

The results obtained show that the games occupy a very important place thanks to the advantage to these effects for the session and that there is a difference between a session in which the games are integrated and the sessions or the games are not integrated. This difference concerns Motivational climate and student performance during the PSE session and even for teachers who find that the games help to reach the aim easily compared to the other sessions without games.

Keywords: physical and sports education, pre-sport games