

Université Abderrahmane Mira de Bejaia



Faculté des Sciences Humaines et Sociales

Département STAPS

Mémoire de fin de cycle

En vue de l'obtention d'un diplôme master en science et technique des

Activités physique et sportives

Spécialité : Education physiques et motricité

Le thème :

Impact de la pratique des APS sur la formation de la personnalité des adolescents de 12ans a 15 ans

Réalisé par :

- AKKAL Mourad
- SAHLI Mahmoud

Encadré par :

- KHALED Nouara

Année universitaire : 2019/2020

REMERCIEMENTS

Au terme de ce travail, il est agréable d'adresser nos remerciements au Dieu le tout puissant de nous donner le courage de finir ce modeste travail.

Nous tenons à exprimer notre profonde gratitude et à remercier notre encadreur Mme **KHALADE Nouara** d'avoir accepté d'encadrer ce travail et pour toutes l'attention et l'intérêt manifestes de sa part ainsi que les conseils qui a donné.

Nous remercions tous nos enseignants pour leurs efforts durant notre cursus.

En fin nous ne pouvons pas oublier de remercier tous ceux qui ont contribué de près ou de loin à la réalisation de ce modeste travail.

DÉDICACES

Je ne pourrais jamais assez remercier mon Père et ma Mère qui ont œuvré toutes leurs vies pour m'inculquer le sens des valeurs et m'offrir une vie décente et digne, je prie le Dieu le tout puissant de les protéger du mal et les récompenser.

C'est avec un cœur plein de joie que je dédie ce modeste travail :

A mon chère oncle et sa femmes

A mon chère petit frère

A mes chères sœurs

A mes chères cousines et cousins

A tous mes chères amies

A mes enseignants STAPS

A mon binôme S. Mahmoud, et tout la famille AKKAL et a tout ceux qui ont de prêt ou de loin ont contribué afin que ce modeste travail puisse voir le jour.

A.Mourad

Dédicace

Je dédie ce modeste travail a :

A mes parents. Aucun hommage ne pourrait être a la hauteur de l'amour dont ils ne cessent de me combler. que dieu leur procure bonne santé et longue vie.

A celui que j'aime beaucoup et qui m'a soutenue tout au long de ce projet: ma future femme **Lyly** et bien sur A mes frères, sans oublier Mes amis **Yassine** et **Massine** et toute la famille **Sahli** et à tout ceux qui ont contribué de près ou de loin pour que ce que projet que soit possible, je vous dis merci.

S. Mahmoud.

Le sommaire

Introduction :	02
1. La problématique	03
2. Les hypothèses	03
3. L'objet d'étude	04
4. Définition des concepts	05

Partie théorique

Chapitre 1 :

I. Education Physique et Sportive	10
1- Définition	10
2- La séance de l'EPS	10
2-1- Définition de la séance d'EPS	10
2-2-La structure de la séance d'EPS :	11
2-3- Le plan de la leçon	11
2-3-1- Le début de la leçon	11
2-3-2- L'échauffement	11
2-3-3- Le corps de leçon	12
2-3-4- La fin de leçon (retour au calme, le bilan)	12
3- Les Finalités et Objectifs de l'EPS	13
3-1- Les Finalités de l'EPS	13
3-2- Les Objectifs de l'EPS	13
3-2-1- Objectifs psychomoteu	13
3-2-2- Objectifs sociaux	14
3-2-3- Objectifs psychologiques	14
3-2-4- Objectifs physique et Santé	14
3-2-5- Objectifs scientifiques	15

Chapitre 2 :

1. Définition de la personnalité	18
2. Les concepts de la personnalité en psychologie du sport	18
3. La personnalité des sportifs	19

4. Personnalité et pratique sportif.....	19
5. Relation personnalité discipline sportive.....	20
6. La personnalité du pratiquant.....	20
6.1 Les composants de la personnalité d'un individu.....	21
1. La composante cognitive.....	21
2. La composante affective.....	21
3. La composante conative.....	21
4. La composante physique.....	22
6.2 L'identité	22
6.3 La constance.....	22
6.4 La personnalité des sportifs	22
7. Application a la pédagogie.....	23
8. Equilibration de la composante affective.....	23
9. Equilibration des composantes cognitive	24

Chapitre 3 :

1. Le développement corporel de l'adolescent.....	27
2. La vie sociale de l'adolescent.....	27
3. La vie affective et cognitive de l'adolescent.....	28
4. Les enjeux sociaux de l'adolescence.....	29
4.1 L'indépendance et l'appartenance, deux mouvements contradictoires.....	29
4.2 Les facteurs de déresponsabilisation.....	29
4.3 La relation parents-enfants.....	31
4.3.1 Les modèles parentaux	31
4.3.2 Trois théories du développement	32
4.3.3 Les stades issus de la psychanalyse.....	32
4.3.4 Evolution des composantes de la personnalité.....	32
5. Méthodologie.....	33
5.1 Objet.....	33
5.2 Méthodes.....	33
5.3 Constats et hypothèses.....	33
5.4 Précision sur la terminologie de Piaget.....	34
5.5 Petit lexique de l'épistémologie génétique Piagétienne.....	35
5.6 Développement de l'intelligence.....	35

5.7 Généralités.....	35
5.8 Les stades.....	36
5.8.1 Le stade des opérations formelles.....	36
5.9 Conclusion de l'approche Piagétienne.....	37

Partie pratique

Chapitre 4 : Cadre méthodologique

1. la méthode descriptive.....	40
2. présentation de l'étude.....	40
3. L'échantillon.....	40
4. déroulement de l'enquête.....	40
4.1 la population étudiée.....	40
4.2 la durée.....	41
5. Taches de la recherche.....	41
6. moyen et méthodes de la recherche.....	41
6.1 Méthode d'analyse bibliographique.....	41
6.2.1 Méthode d'enquête.....	41
6.2.2 structure du questionnaire.....	42
6.2.3 Dépouillement.....	42
7. L'outil statistique.....	42

Chapitre 5 : Analyse et interprétation des résultats

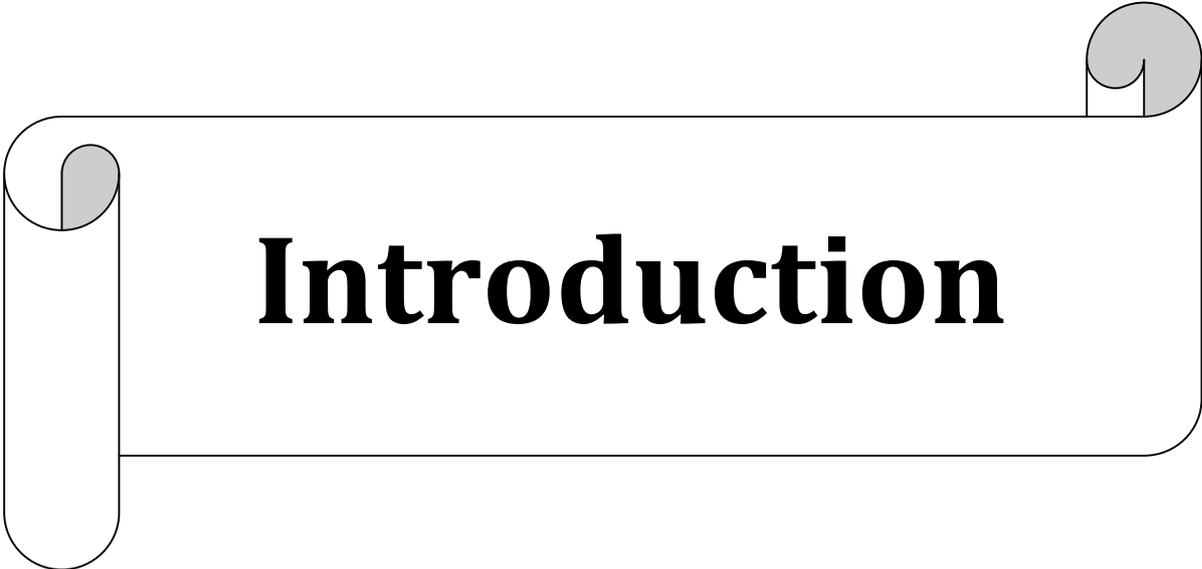
1. Interprétation des résultats liée à la première hypothèse	44
1.1 Discussion des résultats relatifs a l'hypothèse1	49
2. Interprétation des résultats liés a la deuxième hypothèse.....	50
2.2 Discussion des résultats relatifs a l'hypothèse 2.....	55
3. Interprétation des résultats liés a la troisième hypothèse	56
3.3 Discussion des résultats relatifs a l'hypothèse 3.....	61
Conclusion.....	63
Liste bibliographie.....	65
Annexe.....	67
RESUME.....	71

Liste des tableaux

Tableau	Titre	page
01	A travers la pratique des APS on arrive a relever les défis durant la séance d'EPS.	42
02	Es-ce-que vous avez le choix de choisir votre sport préféré en dehors de la séance d'EPS.	43
03	Pouvez-vous accorder de temps pour le sport.	44
04	Sentez-vous qu'il y a une influence positive sur votre état morale après la pratique des APS.	45
05	Dans quel état physique et morale vous sentez-vous durant la pratique des APS.	46
06	Es-ce-que vous vous sentez bien physiquement (fort) et moralement quand vous pratiquer les APS.	47
07	Pensez-vous que la pratique sportive influence sur votre estime de soi.	48
08	Es-ce-qu'il existe une relation entre le sport et la confiance.	49
09	Es-ce-que le pratique des activités physiques permet d'avoir la confiance en soi.	50
10	Comment développer-vous la confiance en soi dans les sports collectifs.	51
11	Devient le manque de confiance en soi ?	52
12	Peut-on considéré la pratique des APS comme un aspect de développement de l'estime de soi.	53
13	Avez-vous l'occasion d'être capitaine d'équipe durant les tournois de votre établissement. Ou bien dans les clubs sportifs.	54
14	A votre avis la séance d'EPS vous permet d'avoir la confiance de vos capacités physiques et mentales.	55
15	Pensez-vous que le sport est bien pour la santé.	56

Liste des figures

Figure	Titre	page
01	A travers la pratique des APS on arrive a relever les défis durant la séance d'EPS.	42
02	Es-ce-que vous avez le choix de choisir votre sport préféré en dehors de la séance d'EPS.	43
03	Pouvez-vous accorder de temps pour le sport.	44
04	Sentez-vous qu'il y a une influence positive sur votre état morale après la pratique des APS.	45
05	Dans quel état physique et morale vous sentez-vous durant la pratique des APS.	46
06	Es-ce-que vous vous sentez bien physiquement (fort) et moralement quand vous pratiquez les APS.	47
07	Pensez-vous que la pratique sportive influence sur votre estime de soi.	48
08	Es-ce-qu'il existe une relation entre le sport et la confiance.	49
09	Es-ce-que la pratique des activités physiques permet d'avoir la confiance en soi.	50
10	Comment développer-vous la confiance en soi dans les sports collectifs.	51
11	Devient le manque de confiance en soi ?	52
12	Peut-on considéré la pratique des APS comme un aspect de développement de l'estime de soi.	53
13	Avez-vous l'occasion d'être capitaine d'équipe durant les tournois de votre établissement. Ou bien dans les clubs sportifs.	54
14	A votre avis la séance d'EPS vous permet d'avoir la confiance de vos capacités physiques et mentales.	55
15	Pensez-vous que le sport est bien pour la santé.	56



Introduction

Introduction

Le développement de l'enfant est un processus complexe qui se réalise au sein de divers milieux. Si la famille et l'école sont les premiers milieux de développement de l'enfant, les activités physiques et sportives peuvent également revendiquer leur place comme milieu de vie et de développement.

Le sport est une activité qui requiert un effort physique et/ou mental et qui est encadré par un certain nombre de règles et des coutumes. Le sport se joue en équipe ou individuellement la plupart des temps l'activité sportive se déroule dans un cadre compétitif. Plusieurs valeurs sont requises pour pratiquer un sport tel qu'entre autres la compétitivité, le fair play, l'organisation, la réflexion, la fraternité et le respect de l'autre. Et le terme APS (activités physiques et sportives) regroupe toutes les pratiques qu'elles soient sportives compétitives, de loisirs extrême, libre au cours desquelles le corps est utilisé, mis en jeu et ceci quelle que soit la valeur (physique, psychologique, sociologique) que le pratiquant lui prête.

L'adolescence est la période de croissance et de développement humain qui se situe entre l'enfance et l'âge adulte entre les âges de 10 ans et 17 ans elle représente une période de transition critique dans la vie et se caractérise par un rythme important de croissance et de changement qui n'est supérieur qu'à la petite enfance. La personnalité est un ensemble des comportements et attitudes qui caractérisent un individu.

La personnalité est une combinaison de caractéristiques émotionnelles, d'attitudes et de comportement d'un individu. Elle a suivi tout un parcours déterminé par les idées des siècles qu'elle traversait et encore aujourd'hui il serait difficile de trouver un concept plus solide des écoles et des attitudes des auteurs qui en font usage.

Partout dans monde, il existe des éléments témoignant de l'importance de la place occupée par le sport dans la société. La pratique sportive est essentielle dans la vie quotidienne qui est considéré comme déterminant de la santé qui est entendue comme le bien-être physique et mental et social, aussi elle participe à l'évolution des mentalités et des modes de vie différentes soit chez l'enfant ou l'adolescent.

1-Problématique :

- Est ce que la pratique sportive influence sur la formation de la personnalité de l'adolescent (12 ans a 15 ans) ?

- Comment les APS influence sur la formation de la personnalité de l'adolescent (12 ans à 15 ans) ?

2-Hypothèses :

- la pratique sportive influence sur la formation de la personnalité de l'adolescent de (12 ans a 15 ans)

-La pratique des activités physiques et sportives participe au développement de l'estime de soi chez les adolescents de 12 ans a 15 ans.

-La pratique des activités physiques et sportives donne confiance en soi chez les adolescent de 12 ans a 15 ans.

3-L'objet d'étude :

Le but visé par notre recherche est d'une part mettre le doigt sur l'évaluation dans le cadre scolaire pour répondre à la question qui nous accompagne depuis le début de notre cursus au sein de l'université qui est bien de faire montrer comment les APS influence sur la formation de la personnalité de l'adolescent de 12 ans a 15 ans. Comme nous veut bien proposer un outil ou une méthode qui peut nous montrer l'impact de la pratique des APS sur la formation de la personnalité des adolescents.

Notre objectif dans cette recherche est donc de trouver cette relation qu'il y'a entre la pratique des APS et la formation de la personnalité des adolescents de 12 ans a 15 ans.

4- Définition des concepts :

4-1-Définition de l'éducation physique et sportive (EPS) :

L'Education physique et sportive est une discipline d'enseignement obligatoire qui s'adresse à tous les élèves scolarisés. Elle poursuit les finalités de l'école. Elle a pour fonction l'éducation des conduites motrices, l'apprentissage des connaissances des savoirs et de modes d'actions fondamentaux recherchés dans le but d'atteindre des objectifs et des compétences inscrits dans les textes officiels. Une place importante est aussi accordée à l'accès à la santé.(**RIBET** 2012) d'autre part, l'éducation physique et sportive citée dans le programme EPS 1981, est un système éducatif profondément intégré au système globale d'éducation, obéissant aux fins poursuivies par celle-ci et tendant à valoriser par ses apports spécifique la formation de l'homme, du citoyen et du travailleur socialiste.

Une définition donnée par (**M.piéron** 1985), L'EPS comme domaine d'étude des effets de l'activité motrice sur les caractéristiques physiques et psychologiques des individus considère dans leur environnement social. Il rajoute aussi qu'elle est une discipline d'enseignement obligatoire qui permet la pratique scolaire des activités physique sportives et artistique (APSA) pour tous (adaptation aux élèves et aux enjeux de formation). Son rôle est d'acquérir des compétences propres à L'EPS ainsi permettre le développement moteur, culturel, et social à tous les élèves.

Selon, (**A.Herbard**), cité dans la revue EPS 2005, L'EPS est faite d'un ensemble d'enseignement d'activités physique et sportive n'est pas que l'éducation du corps, elle participe par le moyens des activités spécifiques à l'éducation intégral. 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.

4-2-Définition de la personnalité :

Selon (P. Bernard) La personnalité représente une unité biologique et sociale qui constitue être singulier qui ne ressemble à aucun autres et que l'on doit aborder dans sans négliger aucun aspect, mais qui ne peut être compris que dans la relation qui l'unité à son milieu humain et physique. « C'est l'organisation qui se construit dans et par le corps pour médiatiser l'organisme avec son milieu, pour s'édifier comme milieu, de l'être face au milieu extérieur » (**H. EY**), de plus, cet être singulier, cet homme, est une unité structurée ou plus précisément intégrée, d'où la possibilité dans divers circonstance d'un mouvement inverse de celui du développement : térissent les maladies mentales.

Selon (**Allport** 1937) La personnalité est l'organisation dynamique dans l'individu des systèmes psychophysiques qui déterminent ses adaptation uniques a sont environne.

La personnalité est une ensemble fixe de caractéristique et de tendance qui déterminent les similitudes et les différences de comportement psychologique (pensées, sentiments et actes) qui se perpétuent dans le temps et peuvent ou ne peuvent pas s'expliquer très facilement en fonction de la pression biologique et sociale de la seul situation du moment.

4-3- Définition de l'adolescence :

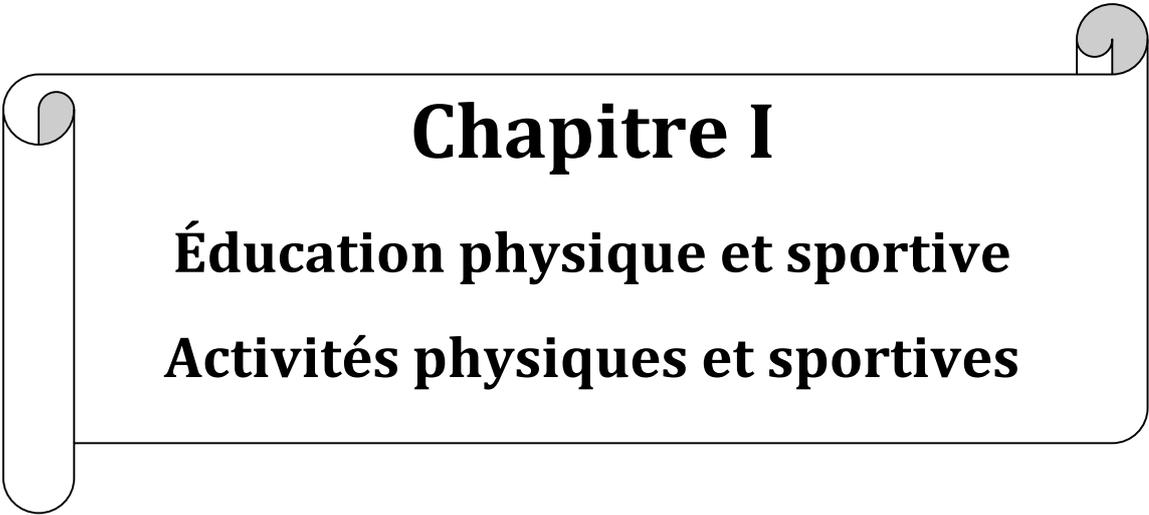
Selon P.Blos (1962), l'adolescence correspond au second processus de séparation, individuation, travail de deuil du refuge maternel intériorisé. « Ce qui rend un caractère unique au développement adolescent c'est toute la restructuration du Moi » (**C.Cannard**, 2015). « Grand-saut dans l'inconnu, l'entrée au collège engendre un véritable big-bang identitaire, durant 4 ans, l'enfant subit toutes sortes de métamorphoses, tant dans son corps que dans sa tête » (**N.Catheline, V.Bedin**, 2007).

Selon A. Miller « L'adolescence consiste à donner une forme culturelle à une réincarnation qui pour appartenir à la nature doit revenir à la Culture. La fin de l'adolescence est l'aboutissement de ce processus».

L'adolescence est généralement entendue comme la période de vie qui s'étend de la puberté à l'âge adulte. Les avis sur les limites d'âge de cette période sont très partagés mais on admet généralement qu'elle commence aux alentours de 12 ans et se poursuit jusqu'à environ 18-20 ans, quand les principales transformations biologiques, psychologiques et sociales sont accomplies.



Partie théorique

A decorative graphic of a scroll with a black outline and rounded corners. The scroll is partially unrolled, with the top and bottom edges showing a greyish shadow. The text is centered within the scroll.

Chapitre I

Éducation physique et sportive
Activités physiques et sportives

I. Education Physique et Sportive

L'éducation physique et sportive (EPS) vise à la réussite de tous les élèves, aux différents niveaux de scolarité : elle contribue avec les autres disciplines à la formation de chacun. Par la pratique scolaire d'activités physiques et sportives (APS), l'EPS garantit à tous les élèves une culture commune. Il convient ici d'en préciser les modalités et les objectifs.

Et c'est pour ça Les Etats modernes ont mis l'accent sur l'éducation physique à cause de ce qui a été découverts d'effets positifs qui aide a construire la personnalité du citoyen, à la fois mental ou physique, psychologique ou Social il est devenu l'un des indicateurs importants du progrès de la civilisation de communauté.

1- Définition

(Mialaret, G 1979) défini l'EPS comme « discipline incluse dans les Programmes d'enseignement grâce à laquelle l'élève développe et entretient Particulièrement ses conduites motrices et corporelles ».

« Discipline d'enseignement, l'EPS permet l'acquisition de connaissance 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 qui constituent les pratiques sportive ».(**C. Pineau 1990**).

2- La séance de l'EPS

La séance d'EPS doit contribuer au développement des élèves dans plusieurs domaines, physique, cognitive, psychomoteur.....etc., et dans l'orientation et la qualification des élèves de pratiquer l'activité physique et sportive de façon autonome dans les différents domaines, comme le sport de compétition.

2-1- Définition de la séance d'EPS :

D'après **M. Piéron** la séance d'EPS est la charnière entre la programmation (parfois très théorique) et la réalité de la classe. Avant d'entrer en classe, l'enseignant aura pris toute une série de décision quant au choix des activités, à la quantité d'activité à proposer, à leur durée, au niveau qualitatif qui sera exigé des élèves, aux styles d'enseignement à adopter.

2-2-La structure de la séance d'EPS :

Selon **Piéron,M** le schéma de la séance a longtemps préoccupé les didacticiens de l'éducation physique. Ceux –ci justifient le plus souvent l'ordonnance des exercices dans la séance sur la base d'une courbe d'intensité ou sur des critères rationnels, ou encore sur les classifications ou les systématiques d'exercices dans les « méthodes » préconisées.

En peut se limiter à trois grandes parties dans la séance :

- une partie préparatoire que l'on a appelée aussi mise en train ou échauffement : nous lui donnons une signification qui dépasse très largement ce simple objectif.
- la partie principale de la séance : certains utilisent l'expression « corps de la séance ».
- un retour au calme.

2-3- Le plan de la leçon**2-3-1- Le début de la leçon :**

Communément appelé « prise en main de la classe », il correspond aux actions et aux interactions entre l'enseignant et les élèves lors de l'arrivée et l'accueil des élèves dans le cours, les trajets entre l'établissement et les installations sportives, le passage aux vestiaires, l'appel et l'explication des consignes, l'installation du matériel, la transition vers l'échauffement.

2-3-2- L'échauffement :

Communément appelé « mise en train », il correspond aux actions et aux interactions entre l'enseignant et les élèves lors de l'explication des consignes de travail, de supervision de la pratique des élèves du bilan de l'échauffement et de la transition vers les situations d'apprentissages qui suivent. Après la mise en train, débute le temps de l'échauffement qui est défini comme l'ensemble des activités utiles pour établir l'état optimal de préparatoire physique et psychique nécessaire à la pratique intense, et qui nécessite une activité fonctionnelle sur différents plans.

2-3-3- Le corps de leçon :

Renvoie aux différentes situations d'apprentissage à l'issue de l'échauffement. Pour chacune de ces situations, on retrouve la même organisation : l'explication collective des consignes de travail pour chaque situation, une nouvelle installation matérielle éventuelle, la supervision et le guidage de la pratique, un bilan pour faire le point sur le travail réalisé dans les situations, une transition entre les situations. Elle est continuité de la phase précédente. Par les contenus qu'elle propose au travers de différentes situations, c'est elle qui permet de provoquer des apprentissages et d'atteindre les objectifs poursuivis. (R.Lopez 1992) la considère comme le « corps de la séance » et la qualifie de « plat de jour » métaphore que inclure aisément à notre idée de « menu » évoquée lors de la mise en train. M. Piéron la définit comme « la partie fondamentale ».

2-3-4- La fin de leçon (retour au calme, le bilan) :

Elle est composée des activités de retour au calme, de bilan de leçon, de rangement de matériel, de rhabillage et de sortie de cours.

« le bilan de fin de séance fait référence au moment où l'enseignant rassemble les éléments de la leçon afin de s'assurer que les élèves en ont bien compris les principaux buts, de rappeler l'importance de ces éléments au besoin et aussi de connaître la perception des élèves »

Un bilan peut atteindre plusieurs objectifs selon **Siedentop** :

- Le bilan permet de prendre conscience de ce qui a été accompli.
- Comportement du groupe-classe, réussite des élèves.
- Le bilan peut être un moment de révision.
- Être une transition entre une activité intense et le moment d'aller au vestiaire ou retourner en classe.

En fin de leçon, le bilan permet un lien entre les leçons comme Piéron, a peut l'indiquer. En effet, « le professeur peut consacrer une très courte période à tirer les enseignements des activités de la séance suivante effectuées, à rechercher les insuffisances et préparer les activités de la séance suivante ».

3-Les Finalités et Objectifs de l'EPS

3-1- Les Finalités de l'EPS :

- Le développement des capacités nécessaires aux conduites motrices.
- L'acquisition, par la pratique, des compétences et connaissances relatives aux activités physiques, sportives.
- L'accès aux connaissances relatives à l'organisation et l'entretien de la vie physique. - Et une finalité générale :

« La finalité de l'éducation physique et sportive (EPS) est de former, par la pratique des activités physiques et sportives (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 sa vie... ». (V.Mercier-Seners 2004).

3-2- Les Objectifs de l'EPS :

Pour atteindre cette finalité, générale et lointaine, « Tout au long de sa vie », plusieurs objectifs sur tous les plans (psychomoteur, sociale, physique...), plus faciles à cibler et à discerner, sont fixés. Ils invitent à faire vivre aux élèves des expériences variées, individuelles et collectives qui favorisent la réalisation de ces différents objectifs :

3-2-1- Objectifs psychomoteurs :

- Poursuite du développement des capacités physiques et motrices de l'attente et la vitesse de réaction.
- Développer les compétences et le côté tactique des différents sports en cours d'éducation physique et de formation sportive.
- remise en forme et le développement et le perfectionnement des compétences motrices.
- Offrir des possibilités pour les jeux de formation et de pratique pour l'application des aspects techniques de ces compétences sportives.

3-2-2- Objectifs sociaux :

Les fondements sociaux de l'éducation physique et sportive jouent un rôle important dans l'amélioration de style de vie humaine, en aidant l'individu à s'adapter à la société et l'imposition de l'esprit sportif et de le garder hors de la pratique de la violence. Et le sportif fait des efforts pour vaincre son adversaire, avec une manière acceptable sans tricherie. L'éducation physique est en mesure grâce à ses activités d'offrir beaucoup pour couvrir les besoins de l'individu, tels que: la coopération, la concurrence, et accepter les opinions des autres, ainsi que cela fonctionne sur l'homogénéité. Est que inculqué dans le cœur des jeunes les aspects fondamentaux de symétrie de similitude requis par Vie.

3-2-3- Objectifs psychologiques:

- A. Développement de la capacité de maîtrise de soi dans tous les cas et les circonstances.
- B. Le développement de la vitesse de réaction et la compatibilité neuromusculaire.
- C. Construire une forte personnalité qui peut s'adapter à la vie en toutes circonstances.
- D. préparation psychologique pour mener à bien la séance d'EPS, avec enthousiasme et dynamisme.

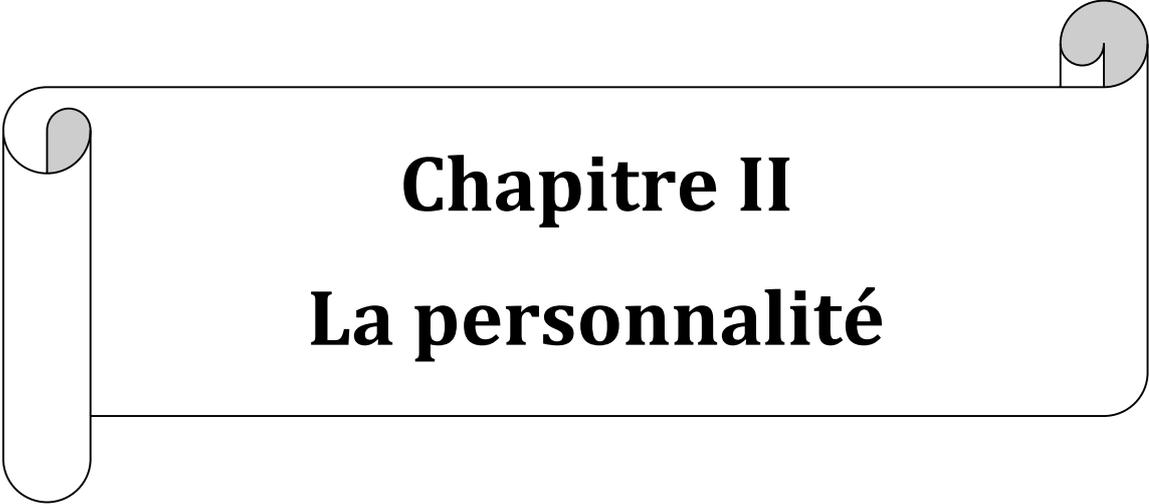
3-2-4- Objectifs physique et Santé :

La séance d'EPS vise à guider la croissance physique pour prendre la santé, la force et l'habileté motrice, augmentant ainsi sa résistance aux maladies et d'accroître sa capacité à participer à des activités, et la réparation des défauts et des distorsions qui peuvent se produire dans le corps. Les activités physiques et sportives développent les muscles et augmentent la vitesse et l'agilité, et aident le fonctionnement du système musculaire correctement, conduisant à une digestion complète, les opérations de respiration et de la circulation sanguine, se qui reflète sur la santé de l'individu et la santé publique sociale et réduction de la mortalité et pénétrée des aspects de la santé et de la vie.

3-2-5- Objectifs scientifiques:

L'éducation physique et sportive aide à stimuler les fonctions intellectuelles et cognitives comme l'attention et cognition et la connectivite entre ces différents éléments, l'élève ou la sportive utilise la force physique et mentale pour effectuer son geste technique convenablement. Informer les élèves sur l'importance de la séance d'éducation physique et sportive sur le développement des qualités physique, psychologique et sportives.

(M.A.Tibani 2015)



Chapitre II
La personnalité

LA PERSONNALITE

Dans le contexte actuel de la pratique sportive, il paraît clairement que ce ne sont pas toujours les sujets présentant au départ les habiletés motrices les plus appropriées, qui réalisent les performances sportives les plus marquantes. La manière dont les sportifs s'investissent dans leur spécialité, la persistance de leurs efforts et de leur activité orientés vers des buts qui dépassent leurs capacités du moment, leur aptitude à pouvoir donner le meilleur d'eux-mêmes dans les circonstances difficiles, incite à admettre que la réussite ne repose pas uniquement sur l'efficacité de l'ajustement moteur ou la conjonction d'un milieu favorable. Il y a lieu de supposer que la réalisation de performances majeures requiert la mise en œuvre de ressources psychologiques particulières résultant d'une adéquation entre la structure et le dynamisme particulier de leur personnalité et la réussite sportive.

Les entraîneurs dans leur majorité, apparaissant sensibilisés par les aspects significatifs des comportements des athlètes, tentent de prévoir leurs réactions de manière à minimiser les effets indésirables de la pratique, et estiment que l'administration des tests constitue de ce point de vue un moyen d'appréciation plus efficace qu'une observation non systématisée du comportement.

Les besoins du sport de performances amènent donc la psychologie à étudier les particularités psychologiques et la personnalité des participants (sportifs, entraîneurs, arbitres) qui s'investissent. L'étude de la personnalité de ces acteurs représente l'un des objectifs prioritaires de la psychologie du sport qui s'est donné pour tâche générale de décrire, d'expliquer, de contrôler et de prédire le comportement de sujets qui s'impliquent dans des activités de type concurrentiel.

1-Définition : parmi les factures psychologiques, la personnalité parait le premier élément à envisager.

Il ya plus de 50 définitions différentes de la personnalité, retenons cependant celle-ci : « la personnalité, conçue comme une unité, recouvre l'ensemble des caractéristiques particulières individuelles d'un homme. »

L'une des définitions les plus récents et les plus complètes de la personnalité est celle **de Salvatore Maddi (1970)** :

« La personnalité est une ensemble fixe de caractéristique et de tendance qui déterminent les similitudes et les différences de comportement psychologique (pensées, sentiments et actes) qui se perpétuent dans le temps et peuvent ou ne peuvent pas s'expliquer très facilement en fonction de la pression biologique et sociale de la seul situation du moment ».

2-Le concept de personnalité en psychologie du sport :

La personnalité de l'athlète a constitué un objet de réflexion pour les dirigeants et les entraîneurs dès le début du mouvement sportif les vertus soi disant éducatives du sport qui permettaient de forger le caractère étaient mises en vérifier certaine préjuger : tel ; l'effet bénéfique de l'activité sportive sur l'agressivité, et de mettre à jour des particularités concernant la personnalité de l'athlète

3-La personnalité des sportifs :

L'étude de la personnalité fait partie des sujets en psychologie du sport ayant donné lieu au plus grand nombre de recherche, tant sur le plan fondamental qu'appliqué. Les recherches fondamentales dans le domaine se sont employées à tenter d'identifier une personnalité spécifique chez les sportifs ont très vite été considérées par le grand public comme des individus « forcément » différents des autres, du fait des performances qu'ils étaient capables d'accomplir. Le fait que ces performances ne soient pas purement physiques mais intègrent également une aptitude à gérer le stress, à supporter des pressions intenses, a sans aucun doute renforcé l'hypothèse selon laquelle la personnalité du sportif était sensiblement différente de celle du sujet lambda et a contribué à apporter une réponse relativement acceptable, à défaut d'être scientifiquement démontrable (Rivolier, 1992).

Si l'on résume les hypothèses testées dans toutes les recherches sur la personnalité menées dans le champ de la psychologie du sport, on constate qu'elles s'articulent autour de trois grandes idées :

-) Il existe une personnalité du sportif.
-) Il existe des différences de personnalité selon le sport pratiqué.
-) Il existe des différences de personnalité selon le niveau d'expertise.

4-Personnalité et pratique sportive :

C'est l'organisation dynamique des aspects cognitifs, affectifs, physiologique de l'individu, en d'autres termes, c'est la manière habituelle de penser ressentir les choses, d'agir et de comporter. La personnalité est une composante stable du comportement. Elle se construit sur la base de facteur héréditaire. L'histoire vécue au quotidien, les adaptations au réel (expérience agréable, désagréable) et le cadre socioculturel façonnent notre personnalité.

Remarque : la première expérience sportive est décisive.

5-Relation personnalité disciplines sportives :

Le sportif a-t-il pratiqué parce qu'il possédait tel trait de personnalité ou la pratique a-t-elle influencé sur la structure de sa personnalité ou encore les deux phénomènes ont-ils joué chacun dans une certaine mesure ?

Existe-t-il une relation, un lien entre la personnalité et le sport pratique ?

Certains travaux (Edgar Thill) ont montré que les sportifs pratiquant la compétition développaient en particulier certains traits comme :

- La compétitivité (il y a un besoin permanent de se mesurer de se confronter à quelque chose, de se prouver quelque chose).
- La dominance
- La résistance psychologique (admettre l'échec, persévérer)

La personnalité du sportif est influencée par la pratique sportive qui elle-même renforce également certains traits déjà bien enracinés.

6-La personnalité du pratiquant

Le sportif est un organisme capable de créer un mouvement, une cinétique en utilisant l'ATP. Mais bien au-delà de cette usine à énergie, le sportif est un être vivant à même de penser, réfléchir, créer, aimer, détester,...toutes ses pensées constituant les traits de sa personnalité. Ce terme générique, souvent utilisé est pourtant bien difficile à définir.

6-1-Les composantes de la personnalité d'un individu

1-La composante cognitive

Cette composante se réfère à toutes les actions qui font appel à la mémoire et aux représentations. Toutes ces informations parviennent au cerveau et grâce à leurs combinaisons, elles constituent ce que l'on appelle l'expérience.

Un sportif de haut niveau reconnaît un grand nombre de situations, grâce à son expérience il peut donc agir de façon réfléchie et appropriée. C'est la grosse différence entre débutant et un expert au plan cognitif.

Ce lui qui cherche à adopter de façon privilégiée une réflexion, une maîtrise des émotions, à analyser l'environnement ou ses adversaire est une personne qui privilégie sa composante cognitive.

2-La composante affective

Elle englobe tous les sentiments que peut ressentir le sportif. Elle est liée aux réactions émotionnelles contrairement à l'expérience qui se construit au fil du temps, les réactions émotionnelles se construisent dans la petite enfance et deviennent spontanées, inévitables. Au mieux, on peut apprendre à les contrôler.

Un impulsif a une personnalité dominée par sa composante affective.

3-La composante conative

Elle est liée aux aspects volontaires de l'individu, aux motivations. En compétition, cette composante de la personnalité se traduit par le comportement accrocheur, l'agressivité saine, la combativité. Une composante conative forte permet à un sportif de persévérer, de supporter d'importantes charges d'entraînement.

4-La composante physique

La composante physique est relative à la morphologie et à la physiologie de l'individu la morphologie est relative aux critères de taille poids, envergure de l'individu. Elle est facilement quantifiable et directement observable. En revanche, les aspects physiologiques de l'individu ne pas directement observable ils s'expriment par l'action, sont à la base du mouvement c'est par exemple, les capacités aérobies, anaérobie, la répartition musculaire en fibres lentes et rapides.

Il existe une autre partie dont nous devons parler : le soma (corps) vue comme l'antagoniste du psychisme il existe d'ailleurs un lien étroit entre le soma et le psychisme. Les deux sont intimement lié et s'influence mutuellement comme le prouve les maladies psychosomatique influence du psychisme sur la physique certains déséquilibres psychiques comme le stress, l'angoisse, les névroses des traduisent par des ulcères, des tics, du psoriasis,...

6-2-L'identité

L'ensemble de ces composantes procure à l'individu une unicité. Ceci explique que l'itinéraire de vie de chacun est unique.

6-3-La constance

Cette notion sous entend que dans des situations similaires, un individu réagira de la même manière 'il le désire.

Il y a une certaine cohérence dans les actions d'un individu. En connaissant la personnalité d'une personne on peut préjuger de sa réaction dans une situation future.

6-4-La personnalité du sportif

Chaque sport a une particularité qui demande des qualités physiques ou mentales bien précises par exemple le cyclisme demande des qualités :

-D'endurance.

-De persévérance.

-De sang froid au moment de la conclusion tactique de la course.

-Les cyclistes de haut niveau ou u dimanche matin ont tous une personnalité différente. En revanche il présente tous dans leur personnalité des traits de caractères communs. Ils sont tous endurants, persévérants,...

7-Applications à la pédagogie.

Comment prendre en compte les composantes de la personnalité ?

-Les manifestations affectives de l'individu se traduisent par la peur, l'agressivité, la colère, la joie, la timidité...pour éviter que ces manifestations nuisent à la performance, elles doivent être prises en compte par l'entraîneur et si possible détournées vers un sens positif.

-Agir sur l'affectivité d'un individu revient à rééquilibrer sa personnalité ceci se fait de façon très simple.

-Un individu trop émotif est dominé par sa composante affective pour rééquilibrer sa personnalité, on va faire appel aux autres composantes de sa personnalité.

8-Equilibration de la composante affective.

Pour calmer un sujet émotif avant une compétition, on fait appel à sa composante corporelle par des messages calmants, des exercices de relaxation ou de sophrologie et à la composante cognitive en focalisant son attention sur les consignes à appliquer, les phases tactiques ou technique, ect....

La timidité provient d'une composante affective faible, d'un manque de confiance en soi. On aidera le sujet en lui faisant prendre conscience de sa valeur, de ses capacités (composante cognitive), et en mettant dans des conditions corporelles de la réussite vis-à-vis des autres et lui-même (composante corporelle). La réussite en sport permet de prendre confiance en soi.

L'agressivité est nécessaires et utile à la composition dans la mesure où elle ne se retourne pas contre soi (fuite, défaitisme) et n'entraîne pas de risque de pénalité (disqualification, bagarre,..) l'entraîneur devra, grâce à la composante cognitive et conative, canaliser cette agressivité pour qu'elle devienne combativité.

La peur, la crainte traduisent des réactions engendrées par la croyance ou le sentiment de ne pas pouvoir faire face à une situation. Il faudra dans ce cas :

Soit donner des moyens physiques pour répondre à la tâche (apprentissage gestuel, augmenter le potentiel de la composante corporelle)

Exemple 1: apprendre à chuter en judo pour ne pas avoir peur de tomber :

Soit faire le sujet exagère l'importance et la difficulté de la tâche, faire admettre, si c'est le cas, que le sujet exagère l'importance et la difficulté de la tâche (faire appel à la composante cognitive).

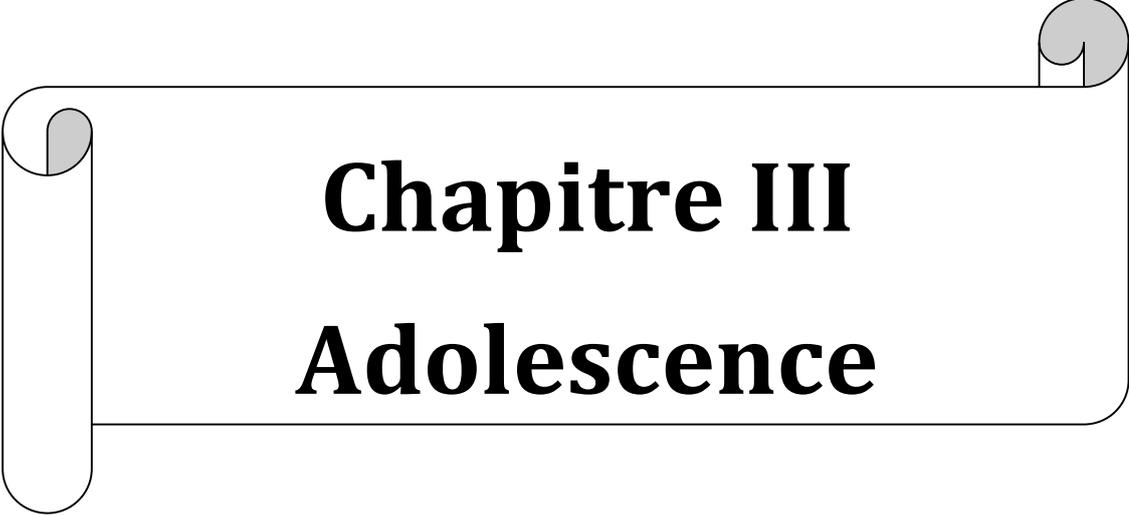
Exemple 2: montrer l'efficacité des parades et la sécurité dans u franchissement d'obstacles.

9-Equilibration de la composante cognitive :

Le manque d'expérience ou d'intelligence (analyser efficacement une situation) peuvent être nuisible aux rendements dans certains sports. Une échelle de complexité existe entre certain sport.

Une échelle de complexité existe entre certains sports qui ne sollicitent que très peu de l'individu avec l'entraînement et d'autres sports qui mettent en jeu une relation très riche avec le milieu naturel ou les autres individus.

Certes on pourra améliorer le niveau d'analyse de l'individu c'est la l'objet des séances de tableaux noirs, des cours ou d'entretiens qui permettront a l'athlète d'élargir son champ d'analyse et d'action (analyser une situation technique au tableau noir permet de mieux se situer sur le terrain). Mais on voit des sportifs possédant une très forte composante corporelle (gardes capacités physiques) et une volonté à toutes épreuves pallier très largement cette faible capacité cognitive, surtout dans les sports ou la force et l'engagement physique ont une grande importance.



Chapitre III
Adolescence

Adolescence :

Grandir vers une notion relative, marquée par un contexte culturel (**P.Huere**, 2003) ; l'adolescence serait « une invention récente » (**V.Bedin**, 2009 ; **P.Ariès**, 1960), datée selon **A.Thiercé** (1999) au XIXe siècle. Existence de rites initiatiques et d'épreuves dans certaines sociétés traditionnelles (cérémonie de passage entre l'enfance et l'âge adulte). L'adolescent a pris une place importante au XXe siècle, avec le retard de l'entrée dans la vie adulte et une scolarisation plus longue (et aussi une puberté plus précoce).

Selon **P.Blos** (1962), l'adolescence correspond au second processus de séparation, individuation, travail de deuil du refuge maternel intériorisé. « Ce qui rend un caractère unique au développement adolescent c'est toute la restructuration du Moi » (**C.Cannard**, 2015). « Grand-saut dans l'inconnu, l'entrée au collège engendre un véritable big-bang identitaire : durant 4 ans, l'enfant subit toutes sortes de métamorphoses, tant dans son corps que dans sa tête » (**N.Catheline, V.Bedin**, 2007).

Tous ces changements prennent plusieurs années, mais ils ne se produisent pas exactement en même temps, ni pour tous sur la même durée (= hétérochronies développementales). Ordre = plutôt modifications pubertaires, cognitives, sociales. Notons enfin que l'adolescence ne surgit pas ex importance de l'enfance, et notamment de la petite enfance. Pour l'institution, l'adolescence est « l'épanouissement' d'un enfant en un adulte, afin qu'il devienne acteur responsable de son parcours personnel, civique » (Ministère de la famille, Conférence de la famille, 2004).

1-Le développement corporel de l'adolescent

Les auteurs précisent que la construction de l'image corporelle dépend de trois dimensions, à savoir les réalités biologiques, l'histoire personnelle du sujet et les pressions sociales.

De toute évidence l'adolescent voit son corps se transformer avec les désagréments que l'on connaît. L'acné fleurit sur les visages et le corps se trouve provisoirement disproportionné à cause du décalage entre la taille et la prise de poids.

L'histoire personnelle du sujet va déterminer l'estime de soi, celle-ci influençant également la construction de l'image corporelle.

Le troisième facteur, celui des pressions sociales, englobe les normes idéales de beauté. Ainsi la jeune fille se fixe comme objectif de ressembler aux top-modèles qui couvrent tous les magazines, s'astreignant de fait à un régime parfois dangereux. L'idéal masculin de son côté est caractérisé par une activité sportive et une musculature imposante. Ces normes étant difficiles à atteindre, surtout à un âge où on ne peut contrôler les changements naturels du corps, l'image corporelle est souvent négative ce qui entache alors l'estime de soi.

La précocité pubertaire est appréciée différemment selon les sexes. Elle est pénalisante pour la jeune fille qui est victime de moqueries, mais s'avère être un avantage pour le garçon. De manière inverse, une puberté tardive est très pénalisante pour le garçon qui se sent isolé et inférieur.

2-La vie sociale de l'adolescent

Du point de vue de la relation à l'autre, l'adolescence est caractérisée par deux phénomènes essentiellement, à savoir le besoin d'indépendance par rapport à l'autorité et le désir d'appartenance à un groupe.

3-La vie affective et cognitive de l'adolescent

Concernant le rapport à soi, l'adolescent se lance dans une importante « campagne » d'affirmation de soi. Il se cherche et veut construire son identité. Celle-ci trouve des origines bien antérieures à l'adolescence puisqu'elle est un enjeu dès la naissance. Le fait d'être un enfant désiré ou non a des conséquences importantes sur l'image de soi et donc sur la construction de l'identité. De plus, lors des premières années de vie, l'enfant prend conscience de lui-même à travers sa relation avec la mère ; Il découvre son corps au moyen des contacts physiques qu'il expérimente avec elle. On imagine alors l'ampleur des dégâts que peuvent causer des relations ratées entre la mère et l'enfant lors des premières années de vie.

Au début de l'adolescence l'expression de soi est désorganisée mais à mesure qu'il accumule les expériences, l'adolescent se constitue une identité sociale. La distinction entre le Moi et le Non Moi se précise grâce aux interactions nouvelles qu'il a avec les adultes. Celles-ci lui permettent de recevoir en miroir sa propre image et ainsi d'intérioriser petit à petit qui il est. Cette affirmation de soi est très instable dans un premier temps et l'adolescent alterne des comportements plus ou moins contradictoires.

On constate encore que sur le plan cognitif l'adolescent développe la pensée « formelle » qui lui permet de réfléchir sur des situations abstraites, détachées des objets concrets. Ceci donne lieu à de nombreuses interrogations du type « qui suis-je? », « pourquoi suis-je ici? ». La pensée domine donc à ce stade du développement et on assiste à une augmentation des périodes de réflexion ou de rêverie.

A cet âge là, il n'est pas rare que l'individu tienne un journal secret et vive dans deux mondes. Le premier serait celui de la réalité et le second une sorte d'asile intérieur où l'adolescent trouverait refuge lorsque la réalité extérieure le déçoit. Ce monde intérieur est alimenté de rêverie, de secrets, de réflexion, d'isolement, de communication avec soi et de divers sentiments.

L'imagination prend également une part importante dans la vie mentale de l'adolescent. Celui-ci se construit une identité à travers des personnages auxquels il souhaite ressembler. Les chanteurs, acteurs ou autres sportifs deviennent alors des idoles et des modèles.

4-Les enjeux sociaux de l'adolescence

4-1-L'indépendance et l'appartenance, deux mouvements contradictoires :

Revenons maintenant à la tâche développementale qui consiste à trouver sa place dans la vie sociale. Comme nous l'avons annoncé plus haut, cette tâche s'oriente vers deux directions parfois contradictoires, à savoir conquérir son indépendance (par rapport à l'autorité) et constituer un nouveau groupe d'appartenance, autrement dit reproduire un schéma de dépendance.

L'adolescent est en train de se construire en tant qu'adulte et l'autorité quelle qu'elle soit représente une atteinte à sa liberté. Les parents contrôlent les comportements, les fréquentations et souvent l'orientation scolaire ou professionnelle. L'école impose un programme et contraint à un travail régulier. Cette autorité est vécue comme pesante et généralement sa nécessité n'est pas bien comprise par l'adolescent. Il s'essaye alors à la contester de manière plus ou moins virulente. Cette tendance à dire « Non » peut se manifester par l'imitation de comportements réservés à l'adulte (tabac, alcool, drogue,...) ou par la contre imitation du modèle attendu.

4-2- Les facteurs de déresponsabilisation

Lutte, auteur de « *Supprimer l'adolescence, essai sur la condition des jeunes* » (1982), avance que la société industrielle pourrait être à l'origine, du moins en partie, de la crise observée à l'adolescence. Il explique que le jeune individu n'y est plus pris en charge comme c'était le cas dans les sociétés précédentes. En effet, dans la plupart des familles les deux parents travaillent en dehors du foyer, laissant ainsi les adolescents seuls pendant des périodes importantes de la journée.

D'autre part, les adolescents étaient autrefois initiés plus tôt à la « vie adulte », notamment grâce à l'apprentissage. Aujourd'hui la durée des études augmentent et simultanément le temps passé au sein du foyer familial. Ainsi le passage de l'école à la vie active ne se fait plus de manière « brusque » comme autrefois. On assiste aujourd'hui à l'émergence d'une période de latence pendant laquelle les jeunes restent dépendants de leurs parents et connaissent même parfois le chômage. Ceci a pour conséquence d'éloigner l'adolescent de ses responsabilités. Il est toujours plus

dépendant et peine à trouver ses marques dans une société d'adultes. De nos jours plutôt que d'être immergés dans un monde d'adultes, les jeunes sont confinés dans un monde d'adolescents qui manque de repères et de cadre stable.

Ce phénomène d'infantilisation et de confusion est de plus renforcé par l'école et l'armée qui enseignent la soumission, par un monde du travail qui ne peut plus accueillir les jeunes en son sein et par les nombreux paradoxes que recèlent notre société occidentale (le sexe et la violence qui d'un côté sont tabous et de l'autre s'affichent dans tous les médias, les drogues qui sont stigmatisées alors que simultanément, nous assistons à une invasion de publicités pour le tabac, l'alcool et les médicaments, les nombreux scandales politico-judiciaires qui défraient quotidiennement la chronique, etc.)

4-3-La relation parents-enfants

4-3-1-Les modèles parentaux :

Le type d'éducation reçu est souvent très éclairant pour comprendre les comportements adoptés par un individu. Une manière de synthétiser ces types d'éducation est de les classer dans quatre modèles différents selon deux dimensions, l'attachement et le contrôle.

	PEU D'ATTACHEMENT	BEAUCOUP D'ATTACHEMENT
PEU DE CONTROLE	<p>« Le parent négligent »</p> <ul style="list-style-type: none"> • Très pénalisant pour le développement social et psychologique de l'enfant. <p>⇒ Les adolescents délinquants appartiennent souvent à cette catégorie.</p> <p>⇒ Apparition de troubles de la personnalité</p>	<p>« Le parent permissive »</p> <ul style="list-style-type: none"> • Evitement de la confrontation. • Place à la négociation. <p>⇒ Les adolescents sont satisfaits de leur relation avec leurs parents.</p> <p>⇒ Bonnes haplites scolaires.</p> <p>⇒ Taux de délinquance mineur relativement élevé (consommation de drogues douces, absentéisme à l'école...)</p>
BEAUCOUP DE CONTROLE	<p>« Le parent autoritaire »</p> <ul style="list-style-type: none"> • Discipline rigide. • Peu de place pour la négociation <p>⇒ Création d'une dépendance</p> <p>⇒ Nuisance pour le développement social et personnel</p> <p>⇒ Faible taux de délinquance</p>	<p>« The authoritative parent »</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autorité ferme. • Climat chaleureux et affectueux. <p>⇒ Bonnes performances scolaires</p> <p>⇒ Acquisition d'une maturité sociale.</p>

D'autre part, on sait que dans la plupart des familles les deux parents travaillent. Parents et adolescents ont donc chacun leur environnement et méconnaissent celui de l'autre. Les parents, préoccupés par l'insécurité de l'emploi, les difficultés financières et les soucis professionnels, n'ont plus de temps pour s'intéresser aux milieux que fréquentent leurs enfants. On observe donc un décalage entre leurs croyances sur l'adolescence et la réalité de leurs progénitures. L'adolescent a alors le sentiment que le modèle éducatif qu'il reçoit ainsi que les attentes de ses parents à son égard sont obsolètes; il se réfère de fait au monde adolescent.

4-3-2-TROIS THEORIES DU DEVELOPPEMENT

Nous allons donc étudier les théories du groupe A selon la classification d'Helen BEE. En référence à l'ouvrage de Tran Thong, *Stades et Concepts de stade de développement de L'enfant dans la psychologie contemporaine*, Librairie philosophique J.VRIN, 1970, nous dirons qu'à la suite des travaux des pionniers de la psychologie de l'enfant et notamment. PREYER, 1881 qui fut le premier psychologue à avoir procédé à une observation systématique de l'enfant, son fils en l'occurrence de la naissance à la fin de la troisième année, l'observation des stades se multiplient.

Quatre systèmes de stades s'imposent. Ce sont les stades de Freud, Piaget, Wallon et Gesell.

-Le système de Freud, avec sa théorie du développement de la personnalité à partir de l'évolution de la sexualité remonte à 1901.

- Les trois autres systèmes sont l'œuvre de psychologues dont le début des travaux sont contemporains des recherches de Freud.

Piaget comme les théoriciens du développement cognitif tente d'expliquer le développement de la pensée de l'enfant et n'accorde à eux que peu d'importance aux relations qui unissent les enfants et les personnes qui s'occupent d'eux.

Les systèmes de stades de Freud et de Piaget sont reconnus comme des stades spéciaux, respectivement de l'affectivité et de l'intelligence.

Les systèmes de stades de Wallon et de Gesell sont considérés comme des stades généraux de la personnalité.

4-3-3-Les stades issus de la psychanalyse Freudienne.

Les stades n'occupent qu'une place restreinte dans l'ensemble de la pensée psychanalytique, ils forment cependant un système de stades affectifs le mieux déterminé et le plus original.

4-3-4-Evolution des composantes de la personnalité

Comme nous l'avons déjà envisagé, dans l'approche générale de la psychanalyse : la personnalité selon Freud possède une structure qui évolue avec le temps.

Freud en définit trois composantes, le ça siège de la libido, le moi beaucoup plus conscient qui dirige la personnalité enfin le surmoi centre de la moralité qui intègre les normes imposées par la famille et la société.

Le **Surmoi** se développe juste avant l'âge scolaire, lorsque l'enfant assume les valeurs des parents et leurs coutumes sociales.

5-Méthodologie :

5-1-Objet :

Piaget a pour objet d'étude de l'élaboration de la connaissance. Et surtout de la genèse des formes logiques de la pensée. Il étudie donc les mécanismes par lesquels l'enfant parvient à la connaissance et voudrait en comprendre le fonctionnement et les étapes.

5-2-Méthodes

Sa méthode a évolué au cours de ses recherches

- L'observation pure au départ consistait dans l'étude des questions et des réponses des enfants.

-les problèmes : l'impossibilité de traiter un échantillonnage suffisant de sujets

la pensée de l'enfant est égocentrique donc pose des bps de communication

(exemple : un enfant qui téléphone vous interrogé sur ce qui se passe autour de lui)

N.Calvin Deug1Avignon 11-1998.

- La méthode des tests également utilisée est standardisée mais ne permet pas d'avoir accès aux mécanismes eux mêmes.

-Piaget se relie donc à la méthode clinique, cependant le langage a une logique propre qui n'est pas la logique de l'enfant.

- Il passe donc à une méthode mi-verbale mi-concrète qui en fait est une méthode clinique puisque l'enfant s'exprime mais la conversation est dirigée et elle évolue sur un thème à partir d'un matériel. Ex : la pâte à modeler.

5-3-Constats et hypothèses

Constats : Piaget comme d' autres précurseurs de la théorie cognitive tels Heinz Werner (1948) et Lev Vygotsky (1962), a été frappé par le caractère régulier du développement de la pensée de l'enfant. Piaget note que les enfants semblent tous faire le même genre de découverte sur le monde, qu'ils font les mêmes types d'erreurs et qu'ils arrivent aux mêmes solutions. par exemple à propos de la conservation des quantités.

Piaget rapporte le constat suivant :

Lorsqu'on transvase l'eau contenue dans un récipient large et peu profond, dans un verre étroit est long, les enfants de 4 ans sont convaincus qu'il y a plus d'eau dans ce dernier que dans l'autre. des enfants de 7 ans comprennent que la quantité d'eau reste la même quelque soit le verre.

-Hypothèse : Elle est issue de ses observations, il pense que par nature l'être humain s'adapte à l'environnement et que ce processus est actif, l'enfant selon l'expression de Piaget se

construirait en construisant le monde. On dit que c'est une approche **Cognitivo-constructiviste**. Voir citation **de Dole**

5-4-Précision sur la terminologie de Piaget

Pour aborder l'étude du système de Piaget on ne peut faire l'économie de préciser certains termes.

-Comme le dit une des collaboratrice de Piaget, Barbel Inhelder au symposium de Genève en 1959, « La conception du développement mental telle qu'elle se dégage des travaux de Piaget est quelque peu déroutante, non pas quant aux faits mais quant à la terminologie qui n'est pas courante en psychologie. »

-C'est en termes biologiques que Piaget définit l'intelligence dans son fonctionnement et en termes logiques qu'il caractérise ses structures.

-Pour Piaget l'intelligence n'est qu'un cas particulier d'adaptation à un milieu changeant

Définition : (voir petit lexique).

-Le concept de schème est un des pivots de la théorie Piagétienne.

1) Au départ le jeune enfant ne possède pas de structures de connaissance. qui lui permettent d'appréhender le monde et de s'adapter au réel.

2) Les seules choses que l'enfant possède en venant au monde ce sont les réflexes ou schèmes. réflexes (succion , préhension ,réflexe palpébral..) et un mode d'emploi pour fabriquer à partir des réflexes des structures de connaissances plus élaborées.

3) Au fonctionnement de ces schèmes réflexes il va peu à peu assimiler des objets

4) Puis il va modifier ces schèmes pour les accommoder aux structures des objets et créer ainsi des connaissances plus élaborées ou schèmes plus complexes.

Le bébé commence donc sa vie avec un petit répertoire de schèmes sensoriels ou moteurs tels que : regarder, goûter, toucher, entendre ou atteindre.

5-5-Petit lexique de l'épistémologie génétique Piagétienne

5-6-Développement de l'intelligence

Les interactions constantes entre le sujet et le milieu par le biais de l'assimilation et de l'accommodation permettent de s'adapter au milieu, c'est la répétition qui va permettre la création et la modification des schèmes.

a) Assimilation fonctionnelle : L'enfant tape avec un objet et c'est l'effet sonore qui maintient l'action.

b) Assimilation généralisatrice : Le réflexe de succion s'exerce peu à peu en dehors du sein ou de la tétine, l'enfant va donc sucer différents objets qui se présentent à lui et donc va assimiler différentes formes, différents goûts etc....

c) Assimilation reconnaitive : L'enfant ensuite va établir une différenciation à l'intérieur d'un schème qui au départ n'était pas indifférencié : Tous les objets ne sont pas sécables ou du moins sécables de la même façon.

-Conséquences :

a) Accommodation : Si les objets ne sont pas sécables de la même façon, alors les sujets tentent de s'y accommoder.

b) Limitation dans le temps : L'intelligence est donc limitée dans le temps car les structures ne peuvent intégrer que ce qu'elles sont préparées à intégrer à un moment donné.

5-7-Généralités

Principe de fonctionnement, comme nous venons de le voir, on peut dire de façon plus générale que l'intelligence se développe parce que le sujet est confronté à de situations nouvelles qui provoquent un déséquilibre des structures établies et l'obligent donc à rechercher un nouvel équilibre.

Chaque stade est caractérisé par la nature des opérations que l'enfant maîtrise.

On peut distinguer trois grands stades (Voir tableau tableau 1 plan, Transparent tableau 2, Bee,1997)

5-8-Les stades

5-8-1-Le stade des opérations formelles :

Bee,(1997) « Dans la théorie de Piaget, il s'agit de la quatrième et dernière période du Développement cognitif. Elle se met en place à l'adolescence lorsque l'enfant devient capable de manipuler et d'organiser tant les idées que les objets. »

-De l'immédiat au possible. Il s'agit là d'émettre des hypothèses d'action, d'étendre ses raisonnements à des situations dont il n'a jamais fait l'expérience ou à des objets abstraits.

-Entrer dans la résolution de problèmes, par mise en place de stratégies systématiques.

Exemple :

Si, vous avez perdu vos clés, vous allez les chercher dans vos poches, si vous ne les trouvez pas. Alors, vous allez faire appel à une autre stratégie, puis en cas d'échec à une troisième.

Dans le cadre d'une activité de Sports Collectifs par exemple, si je suis porteur de balle, je peux passer ma balle ou aller marquer ou feindre de passer et aller vers la zone de tir, ou feindre d'aller vers la zone de tir et passer etc.....

-Accès à la logique déductive. Pendant la période des opérations concrètes, l'enfant utilise un raisonnement inductif. C.-à-d. qu'il peut à partir d'expériences personnelles, aboutir à une conclusion, ou à une règle.

N.Calvin Deug1Avignon 11-1998

La logique déductive conditionne une forme de raisonnement plus sophistiqué et démarre à partir d'une hypothèse.

Si l'hypothèse est établie sur des critères visibles, formes ou couleurs, un enfant de 5 ans peut saisir ce type de relation. Mais ce n'est qu'à l'adolescence que l'on peut saisir réellement la relation fondamentale si... alors et l'appliquer à partir de supports abstraits.

La logique scientifique est en partie déductive.

Cette transformation de la pensée atteste du processus de décentration.

Des études ont montré que tout le monde n'atteint pas la pensée formelle, en 1980 Keating a montré que seulement 50 à 60% des 18, 20 ans des pays occidentaux utilisent parfois la pensée formelle.

5-9-Conclusion de l'approche Piagétienne.

La mesure du développement de l'intelligence selon les stades de Piaget est intimement liée aux types de tâches et à la réussite des tâches qui sont proposées à l'enfant.

- Les néo piagétiens ont montré que la maîtrise d'une structure opératoire dépend des situations et des contraintes que l'on fait peser sur la tâche. Des études récentes ont montré que Piaget a sous-estimé les capacités cognitives des enfants d'âge préscolaire.

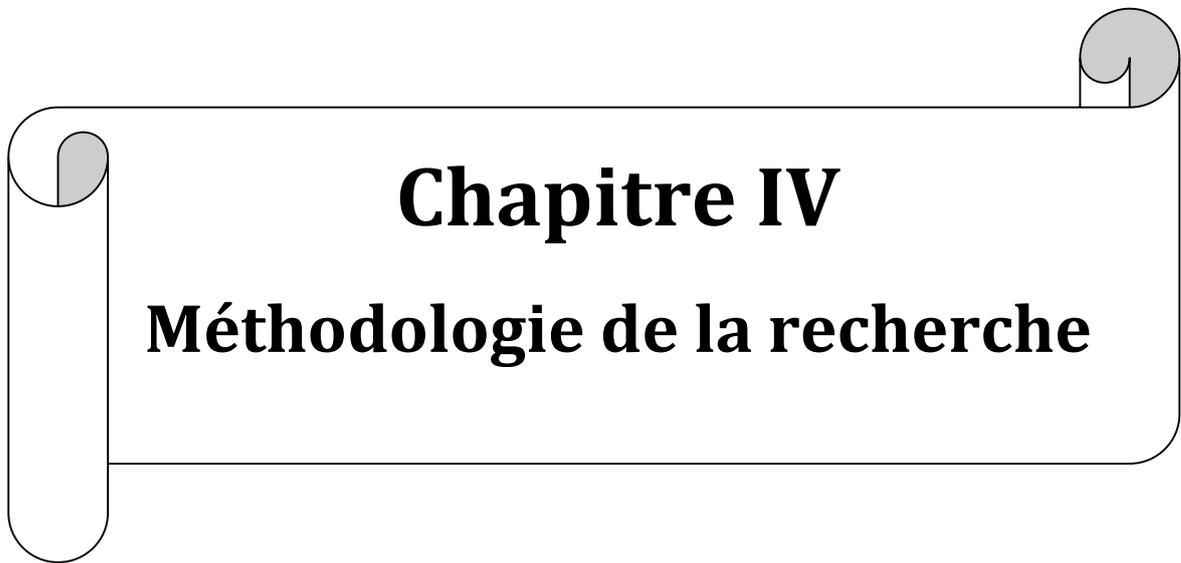
-Les tenants des théories du traitement de l'information ont montré que lorsque les charges imposées à l'attention et à la mémoire sont moindres, les réponses aux tâches sont plus favorables. Nous reviendrons dessus au second semestre lorsque nous travaillerons sur les facteurs de la performance motrice.

-Il existe donc d'autres théories du développement cognitif, cependant elles découlent souvent de l'approche piagétienne, notamment la théorie de Pascual Leone, qui est un modèle particulièrement abstrait.

-L'approche socioconstructiviste du développement est un modèle très intéressant et nous l'aborderons au second semestre, en même temps que les apprentissages.



Partie pratique

A decorative graphic of a scroll with a black outline and grey shading on the rolled-up ends. The text is centered within the scroll.

Chapitre IV
Méthodologie de la recherche

1-La méthode descriptive :

Recherche descriptive ou recherche explicative. La recherche descriptive a pour objet de répertorier et de décrire systématiquement un certain ordre de phénomènes, d'établir des regroupements de données et des classifications. La recherche explicative a pour objet de recherche des causes, des principes ou des lois qui permettant de rendre compte des phénomènes.

2-Présentation de l'étude :

Afin de comprendre le comprendre l'impact de la pratique des APS sur la formation de la personnalité des adolescents de 12 ans a 15 ans, nous avons essayé de savoir es ce que la pratique sportive influence sur la formation de l'adolescent (12 ans a 15 ans) ? et comment les APS influence sur la formation de la personnalité de l'adolescent (12 ans a 15 ans) ? Ainsi la nature de notre thème nous a imposé le questionnement pour répondre à notre problématique.

3-L'échantillon :

Notre recherche se compose de 40 élèves de CEM, on a distribué 40 questionnaires aux élèves d'éducation physique et sportive de l'établissement secondaire d'Ighil Ouazoug. Et nous avons pu récupérer les 40 questionnaires.

4-Déroulement de l'enquête :

4-1-La population étudiée :

L'étude que nous avons menée pour but de clarifier notre thème de recherche : L'impact de la pratique des APS sur la formation de la personnalité des adolescents de 12 ans a 15 ans

Notre recherche se déroule dans l'établissement secondaire de Ighil Ouazoug Bejaia (CEM) ; notre recherche comprend au total 40 élèves de différente niveau de 1^{er} année jusqu'au 4^{em} année (CEM)

4-2-La durée :

Notre étude s'est étalé sur une période allant de la fin du mois de Mars jusqu'à la fin de mois Mai 2018

5-Taches de la recherche :

Pour la réalisation de notre travail de recherche nous avons effectué un certain nombre de taches a savoir :

- Réalisation d'un questionnaire donné aux élèves de CEM
- Distribution des questionnaires et collecte des données
- Dépouillement et analyse des résultats
- Interprétation et discussion des résultats.

6-Moyens et méthode de la recherche :**6-1-Méthode d'analyse bibliographique :**

Ce procédé nous aide a collecter le maximum de données relatives a notre thèmes proposé, nous avons donc consulté et analyser une série d'ouvrages et de revues spécialisées ainsi que quelques site internet afin de mieux cerner notre problématique et ainsi choisis les outil les mieux adaptés pour recueillir les données et ainsi de répondre au questions posées.

6-2-1-Méthode d'enquête :

A travers notre recherche nous avons utilisé le questionnaire comme outil et technique de collecte de données dans le but d'obtenir le maximum d'options sur notre thème de recherche, ainsi de confirmé ou infirmé nos hypothèses, le questionnaire est l'outil fondamental de cette recherche.

Le questionnaire est utilisé dans le cadre d'une enquête et bien un instrument de recherche, il reste l'une des principales technique de collecte de données cela malgré qu'il présents plusieurs difficultés telle que le manque de sincérité des enquêtés et le refus de quelque élèves.

Notre questionnaire est composé de 15 questions, il est constitué de question fermé, a chois multiple et ouvert.

6-2-2-Structure de questionnaire :

Le questionnaire des élèves a été réparti en trois axes :

-La pratique sportive influence sur la formation de la personnalité de l'adolescent (12 ans a 15 ans)

-La pratique des activités physiques et sportives participes au développement de l'estime de soi chez les adolescents de 12 ans a 15 ans.

-La pratique des APS donne confiance en soi chez les adolescents de 12 ans a 15 ans.

6-2-3- Dépouillement :

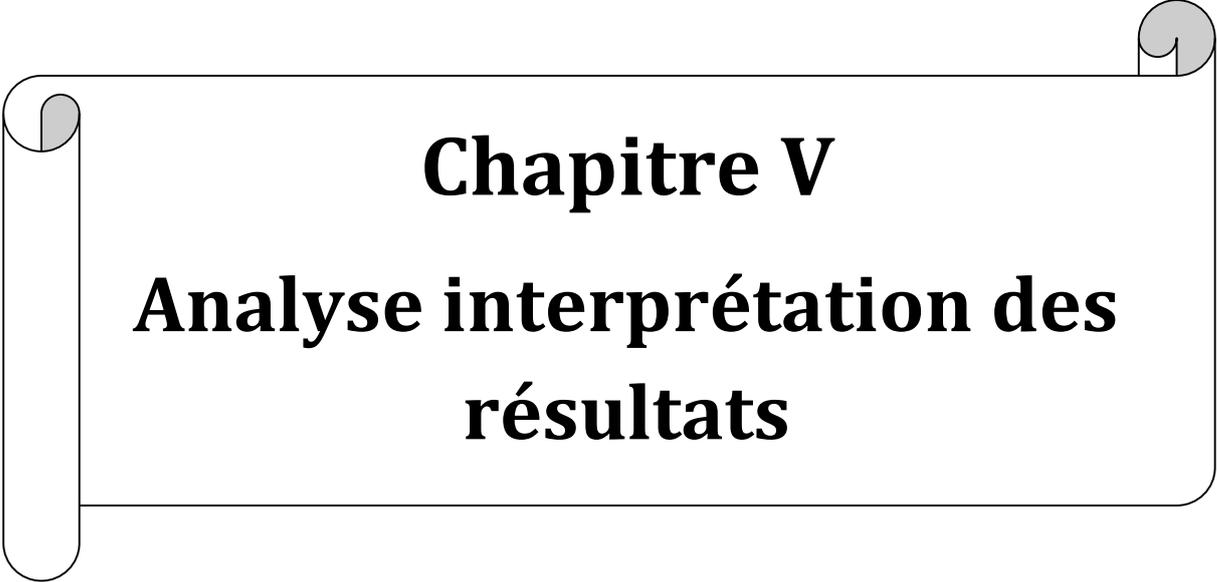
On distribué les questionnaires 04 /03/2020 celle-ci nous a permis de vérifié si les questions sont claire et rectifié certaines questions.

7-L'outil statistique :

Afin de mieux comprendre les résultats recueillis et de leur donner une signification logique, on a opté pour l'utilisation des pourcentages illustrés dans des tableaux ou on peut voir aussi les résultats de notre enquête.

- La technique du pourcentage :

L'effectif total

A decorative graphic of a scroll with a black outline and grey shading on the rolled-up ends, containing the chapter title.

Chapitre V

Analyse interprétation des résultats

1-Interprétation des résultats liée à la première hypothèse :

-La pratique sportive influence sur la formation de la personnalité de l'adolescent de 12 ans à 15 ans.

Question N°1 : Pensez vous qu'à travers la pratique des activités physique et sportives on arrive a relever les défis (Durant la séance d'EPS) ?

Tableau N°1 : Représente le nombre de répétitions et les pourcentages de la première question.

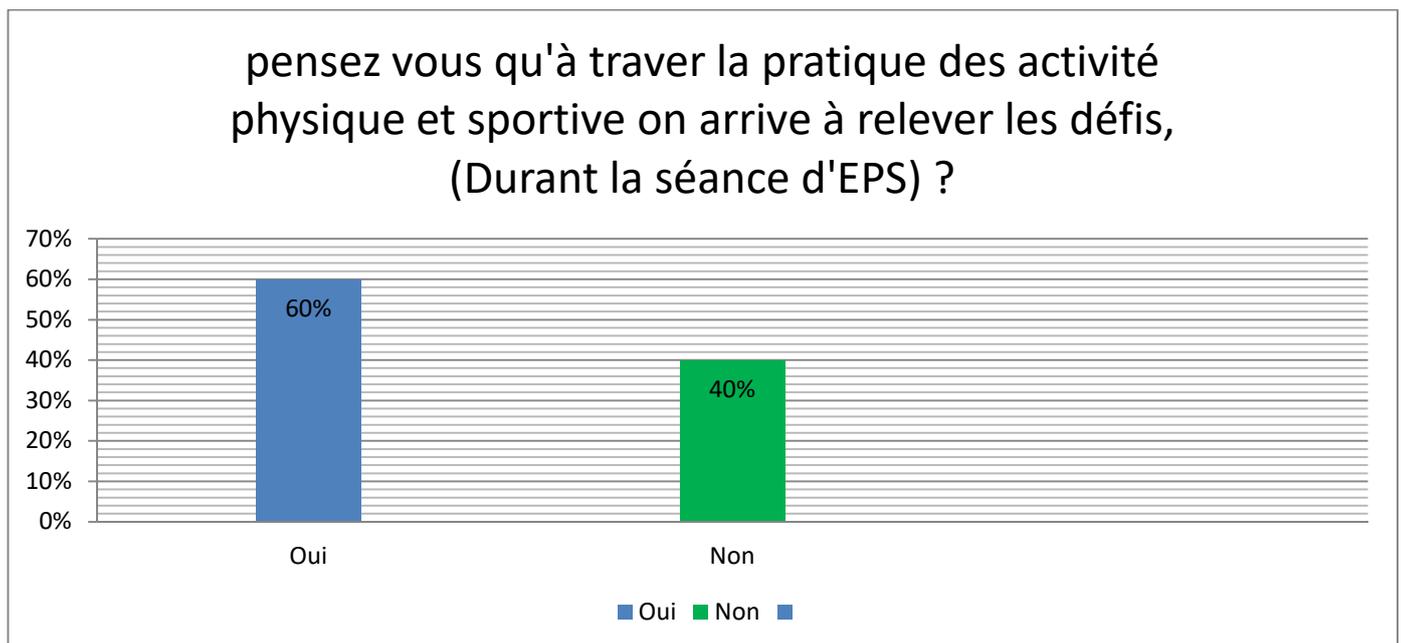
Réponse	Fréquence	Pourcentage
Oui	24	60%
Non	16	40%

1-1- Lecture du Tableau :

D'après le tableau on constate que la majorité des élèves d'EPS déclarent que a travers la pratique des APS ils arrivent à relever les défis durant la séance d'EPS avec un pourcentage de 60%, tandis que 40% affirmement le contraire.

1-2- Analyse de Résultats :

En effet, l'APS dans tout les pays du monde joue un rôle préparatoire dans la formation de l'adolescent ca lui permet de relever les défis durant la séance d'EPS.

Histogramme N° 1: Relatif aux réponses de la question N°1

Question N°2 : Est ce-que vous avez le choix de choisir votre sport préféré en dehors de la séance d'EPS ?

Tableau °2 : Représente le nombre de répétitions et les pourcentages de la deuxième question.

Réponse	Fréquence	Pourcentage
Oui	24	60%
Non	16	40%

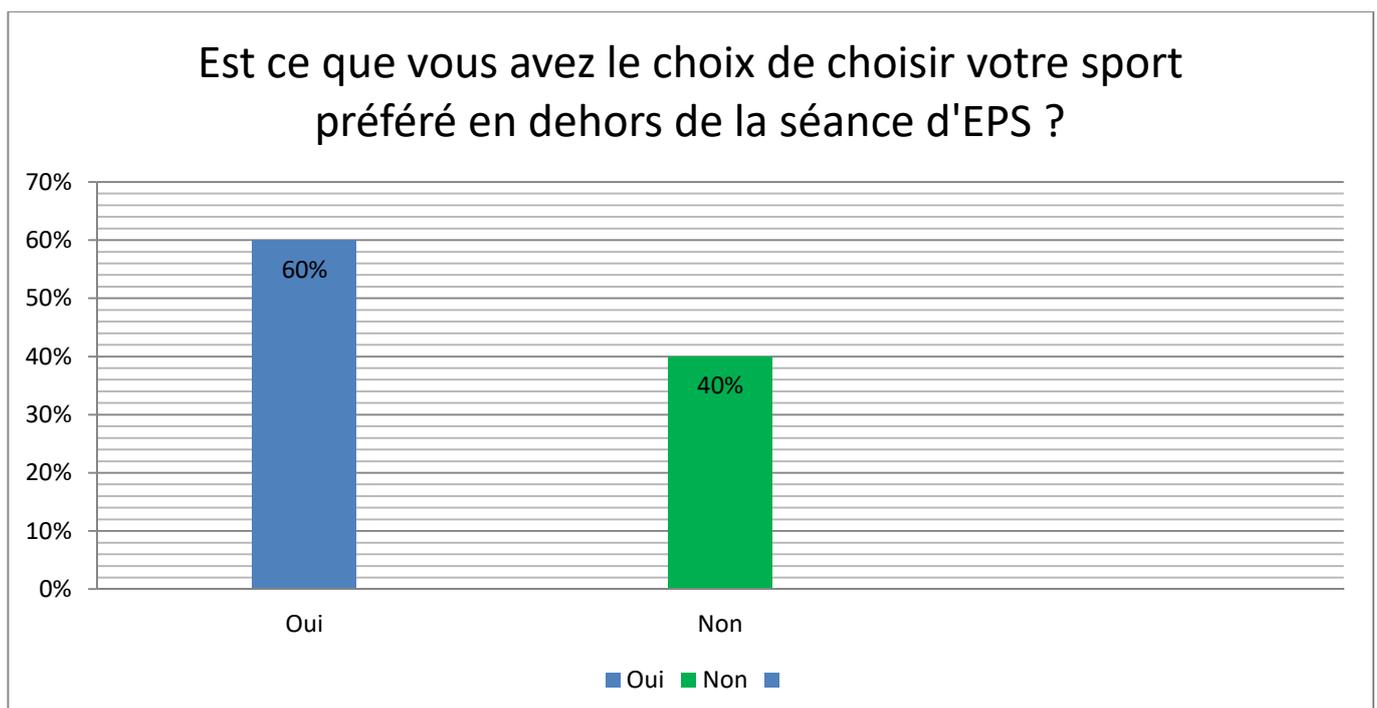
1-3- Lecture du Tableau :

A partir des données de tableau il a été déduit que la majorité des élèves peut choisir leur sport préféré en dehors de la séance d'EPS avec un pourcentage 60%, alors que 40% ont répondu par non.

1-4- Analyse de Résultats :

Ce la explique que les adolescents de 12 ans a 15 ans ils sont le choix de choisir leur sport préféré ce que veut dire qu'a cette âge la les parents laisse leur enfants s'orienter vers le sport qui leur tient a cœur.

Histogramme N° 2: Relatif aux réponses de la question N°2



Question N°3 : Pouvez vous accorder de temps pour le sport ?

Tableau N°3 : Représente le nombre de répétitions et les pourcentages de la troisième question.

Réponse	Fréquence	Pourcentage
Toujours	13	32,50%
Souvent	19	47,50%
Jamais	8	20%

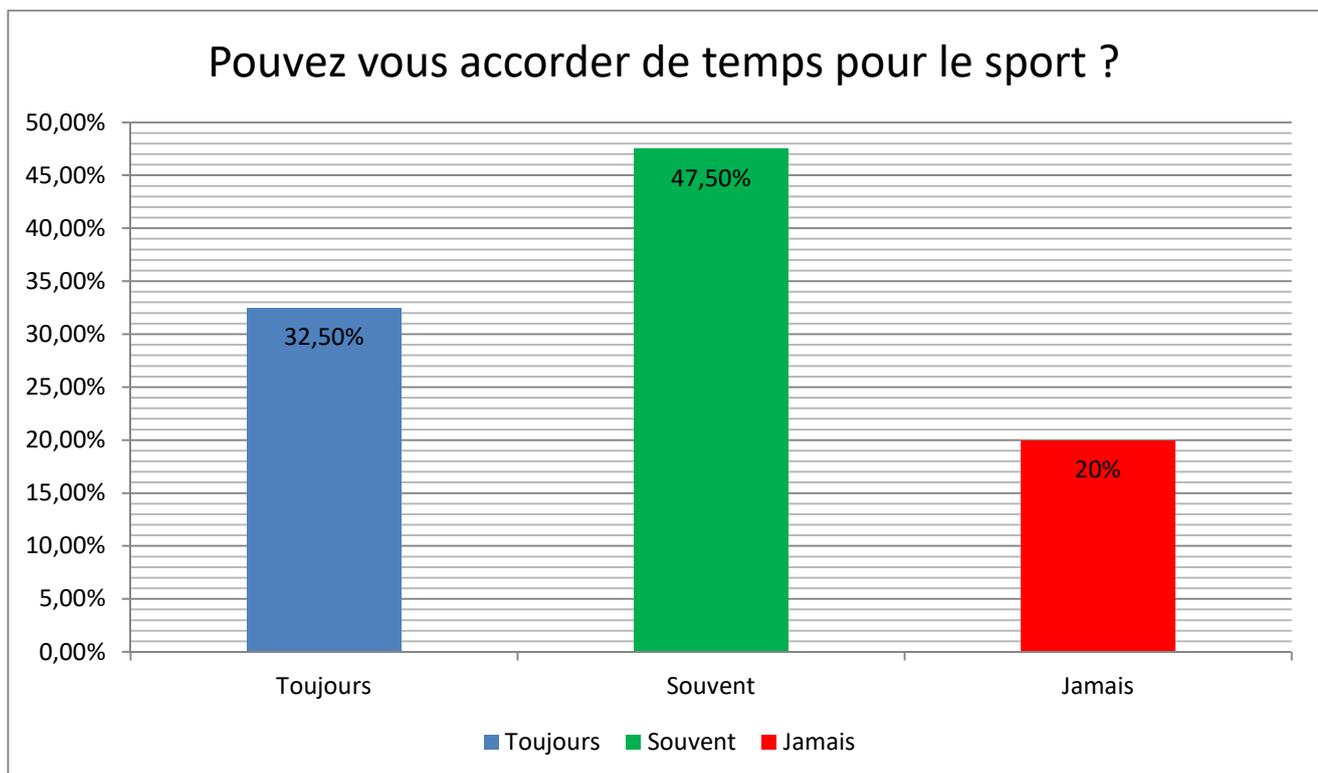
1-5- Lecture du Tableau :

Nous pouvons constater à travers les données de tableau que la majorité des élèves accordent souvent de temps pour le sport avec un pourcentage 47,5%, par contre 20% ont répondu par jamais et 32,5% ont répondu par toujours.

1-6- Analyse de Résultats :

Cela explique que à cette âge les élèves accordent de temps pour le sport car il les aide dans leur études et à évacuer la charge de l'école.

Histogramme N° 3: Relatif aux réponses de la question N°3



Question N°4 : Sentez vous qu'il y a une influence positive sur votre état morale après la pratique des activités physique ?

Tableau N°4 : Représente le nombre de répétitions et les pourcentages de la quatrième question.

Réponse	Fréquence	Pourcentage
Oui	25	62,50%
Non	15	37,50%

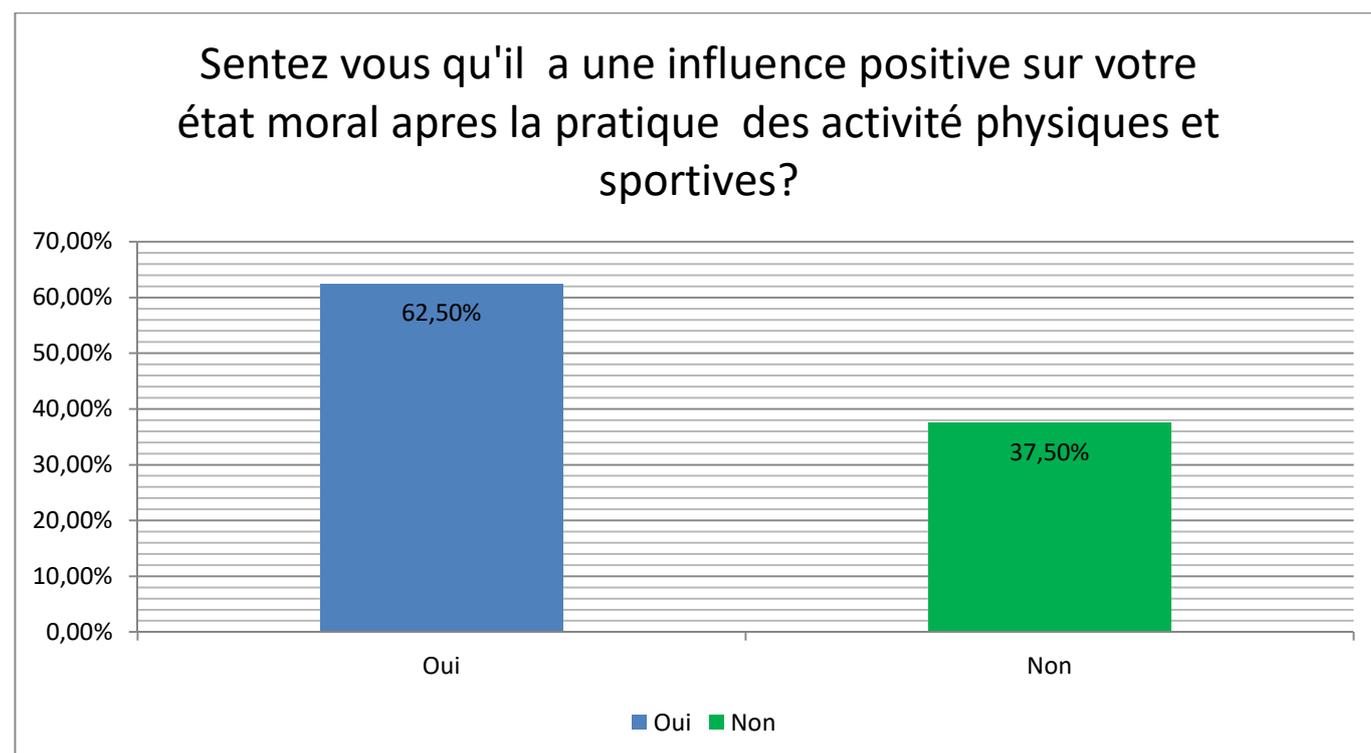
1-7- Lecture de Tableau :

En se référant aux résultats de tableau on constat que la majorité des élèves ont une influence positive sur leur état morale après la pratique de APS avec un pourcentage de 62,5%, par contre 37,5% ont répondu par non.

1-8- Analyse de Résultats :

Le sport dans les écoles est obligatoire pour les élèves parce que, il entre dans le cadre et programme d'enseignement par contre le sport en dehors de l'école on peut le considérer comme sport de loisir qui influence positivement sur l'état morale des adolescents.

Histogramme N° 4: Relatif aux réponses de la question N°4



Question N°5 : Dans quel état physique et morale vous sentez-vous durant la pratique des APS ?

Tableau N°5 : Représente le nombre de répétitions et les pourcentages de la cinquième question.

Réponse	Fréquence	Pourcentage
Stressé	12	30,00%
Fatigué	17	44,50%
Alaise	11	27,50%

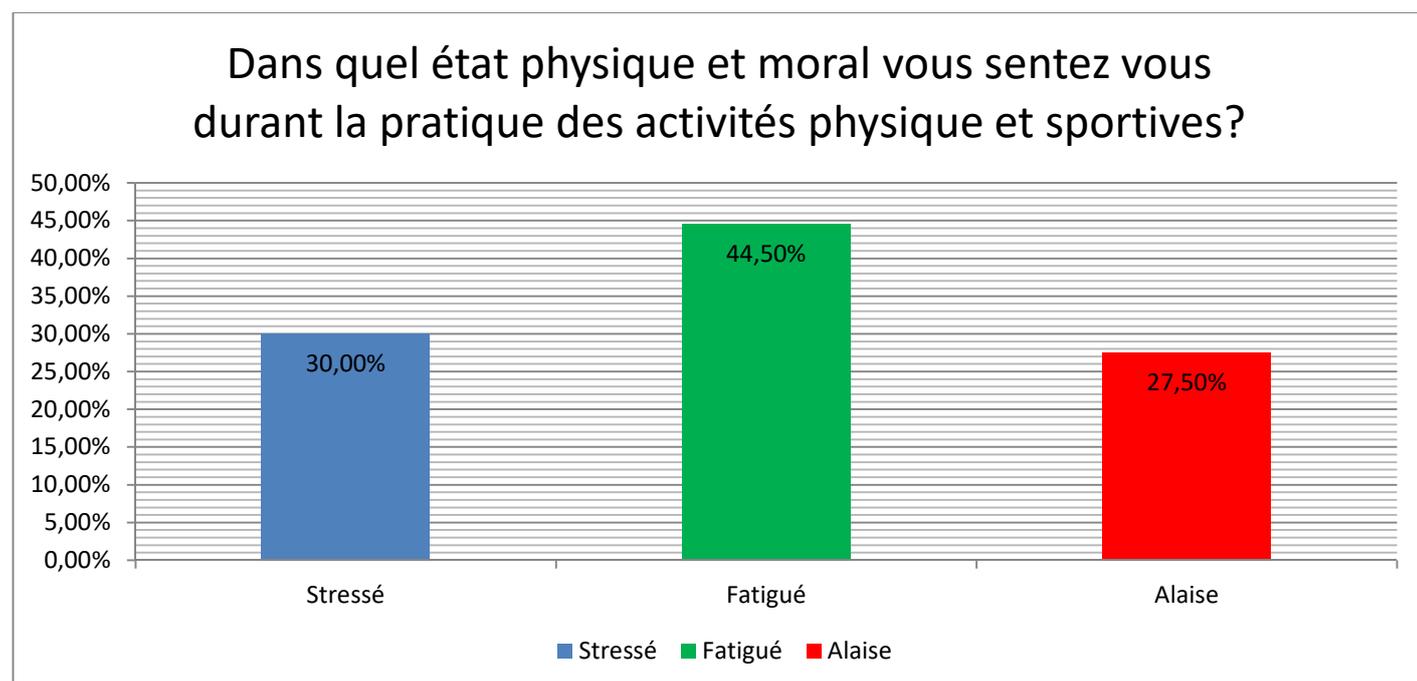
1-9- Lecture de Tableau :

A travers ce tableau on remarque que 44,5%, des réponses des élèves est « fatigué » durant la pratique des activités et sportives, par contre 30% stressé et 27,5% sont alaise.

1-10- Analyse de Résultats :

Les APS est une pratique qui visent a développer la condition physique et améliorer le renforcement des capacités des élèves, développement et renforcement de l'intelligence technique et tactique et la connaissance de règlement sportifs Alors la majorité des élèves trouvent que les APS est fatiguent.

Histogramme N°5: Relatif aux réponses de la question N°5



Discussion des résultats :

D'après notre enquête et lors de l'interprétation des résultats des élèves d'EPS .

Discussions des résultats liés à Hypothèse N° 01 :

La pratique sportive influence sur la formation de la personnalité de l'adolescent de 12ans a 15ans les résultats obtenus confirment notre hypothèses.

D'après les résultats constater par les élèves, l'APS dans tout les pays de monde joue un rôle préparatoire de la formation de l'adolescent, elle lui permet de relever les défis durant les séances d'EPS cela explique que le sport influence sur la formation dans cette âge. l'APS est une pratique qui vise a développer les conditions, d'améliorer et de renforcer les capacités de l'élève et leur majorité trouvent que le sport est le seul moyen de redonner le sourire et régule a leur humeur et surtout un moyenne d'oublier la charge de l'école.

Le sport permet aux adolescents de se dépenser physiquement et de se changer les idées, comme c'est un moyen de lutter contre sédentarité et de se tourner vers l'extérieur en peut dire aussi que le sport ou la pratique sportive influence sur la personnalité des adolescents elles leurs permettre de développer les relations sociaux qui implique au respect des règles et des autres.

Les APS est une pratique qui visent à développer la condition physique et améliorer le renforcement des capacités des élèves, développement et renforcement de l'intelligence technique et tactique et la connaissance de règlement sportifs

2-Interprétation des résultats liée à la deuxième hypothèse :

-La pratique des activités physiques et sportives participe au développement de l'estime de soi chez les adolescents de 12 ans à 15 ans.

Question N°6 : Est ce-que vous sentez bien physiquement (fort) et moralement quand vous pratiquez les activités physiques et sportives ?

Tableau N°6 : Représente le nombre de répétitions et les pourcentages de la sixième question.

Réponse	Fréquence	Pourcentage
Oui	28	70%
Non	12	30%

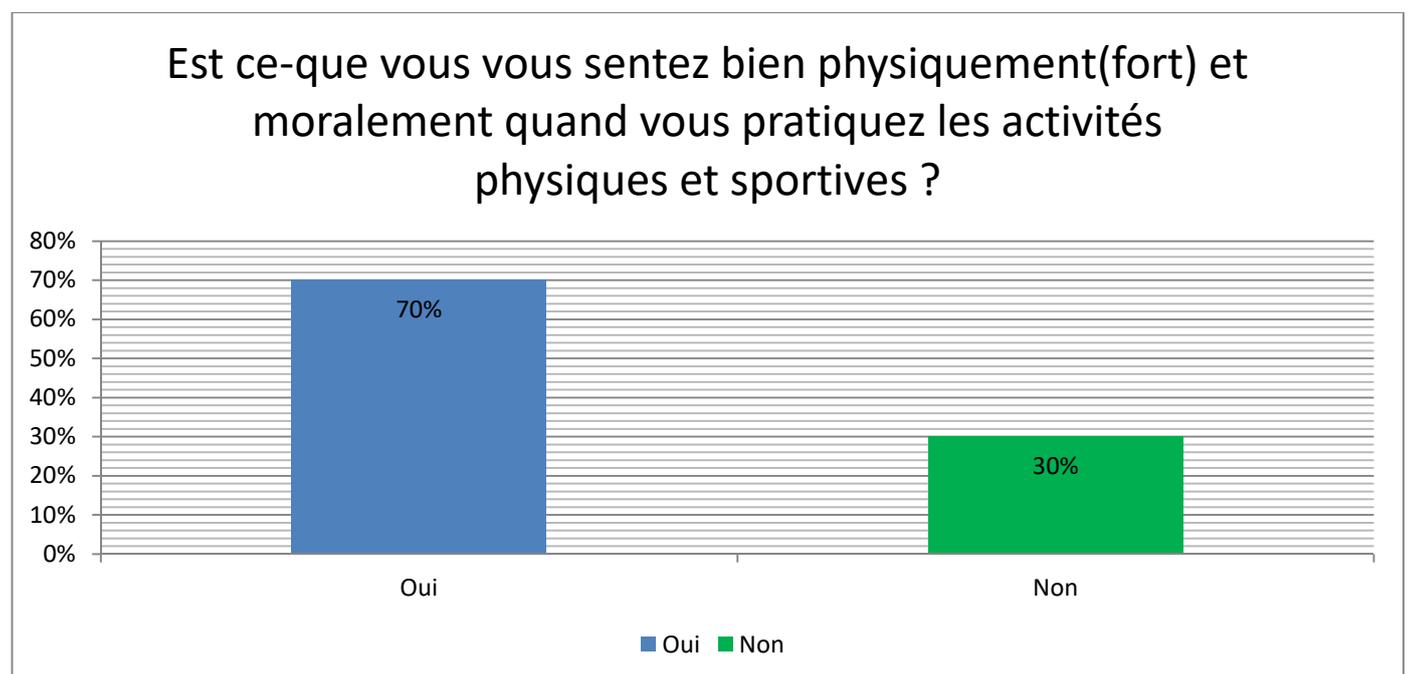
2-1- Lecture du Tableau :

Sur les 40 élèves interrogés 70%, sentez bien physiquement et moralement durant la pratique des activités physiques, par contre 30% ont répondu par non.

2-2- Analyse de Résultats :

Le sport nous redonne le sourire, régule notre humeur, atténué notre stresse. Les activités physiques et sportives sont souvent considérées comme antidépresseur naturel et aussi les activités sportives modérées peut permettre une conservation et un développement naturel des articulations.

Histogramme N° 6: Relatif aux réponses de la question N°6



Question N°7 : Pensez-vous que la pratique sportive influence sur votre estime de soi ?

Tableau N°7 : Représente le nombre de répétitions et les pourcentages de la septième question.

Réponse	Fréquence	Pourcentage
Oui	20	50,00%
Non	20	50,00%

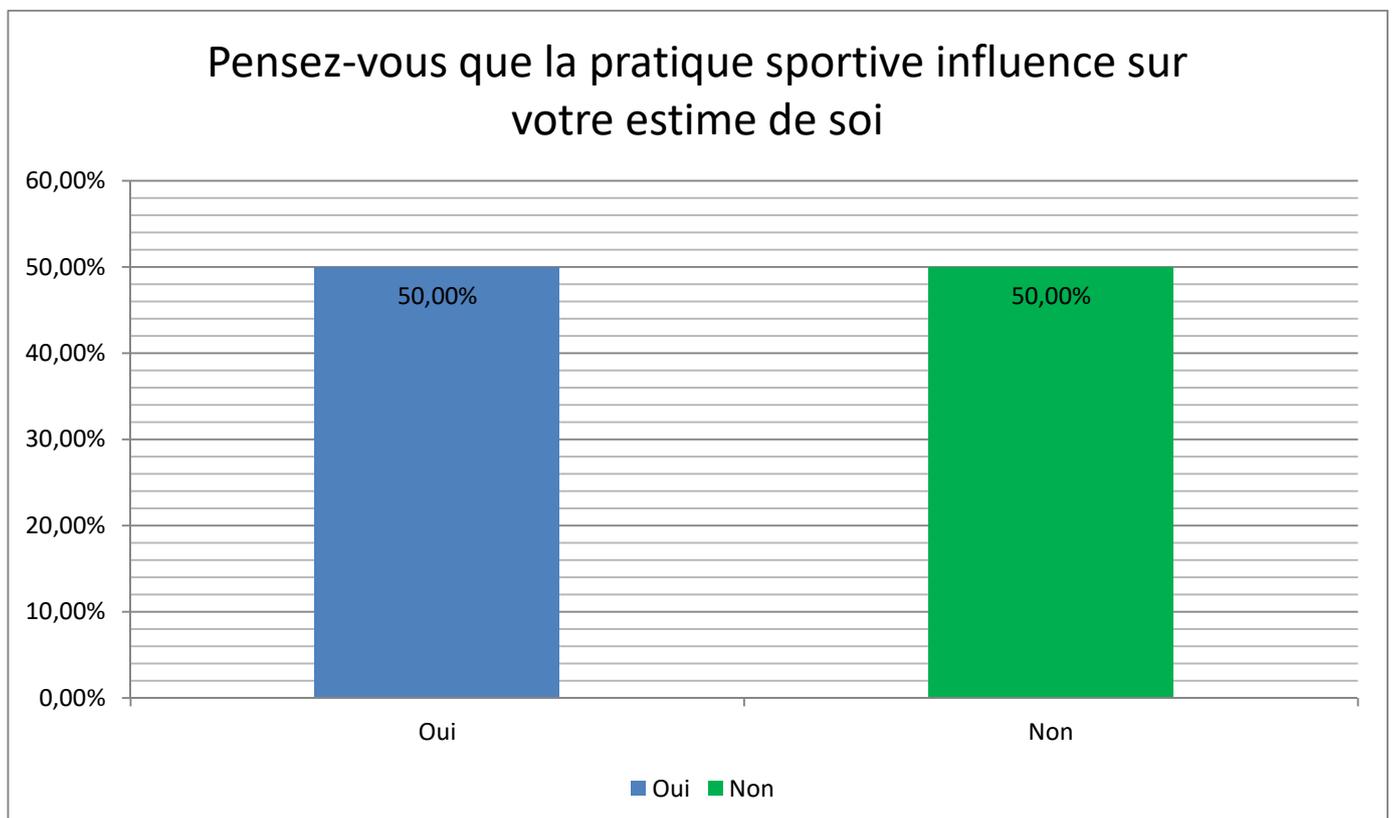
2-3- Lecture du Tableau :

On remarque que les réponses des élèves est équivalente avec un résultat de pourcentage de 50% pour chacun des réponses dans l'influence de la pratiques des activités physiques et sportives sur l'estime de soi.

2-4- Analyse de Résultats :

L'estime de soi est définie comme la perception consciente ses propre qualité qui regroupe l'ensemble représentation et des émotions élaborées ou ressenties par l'individu a partir de ces expérience personnel, alors on conclue que le sport influence positivement sur l'estime de soi.

Histogramme N° 7: Relatif aux réponses de la question N°7



Question N°8 : Est-ce qu'il existe une relation entre le sport et la confiance ?

Tableau N°8 : Représente le nombre de répétitions et les pourcentages de la huitième question.

Réponse	Fréquence	Pourcentage
Oui	25	64,50%
Non	15	37,50%

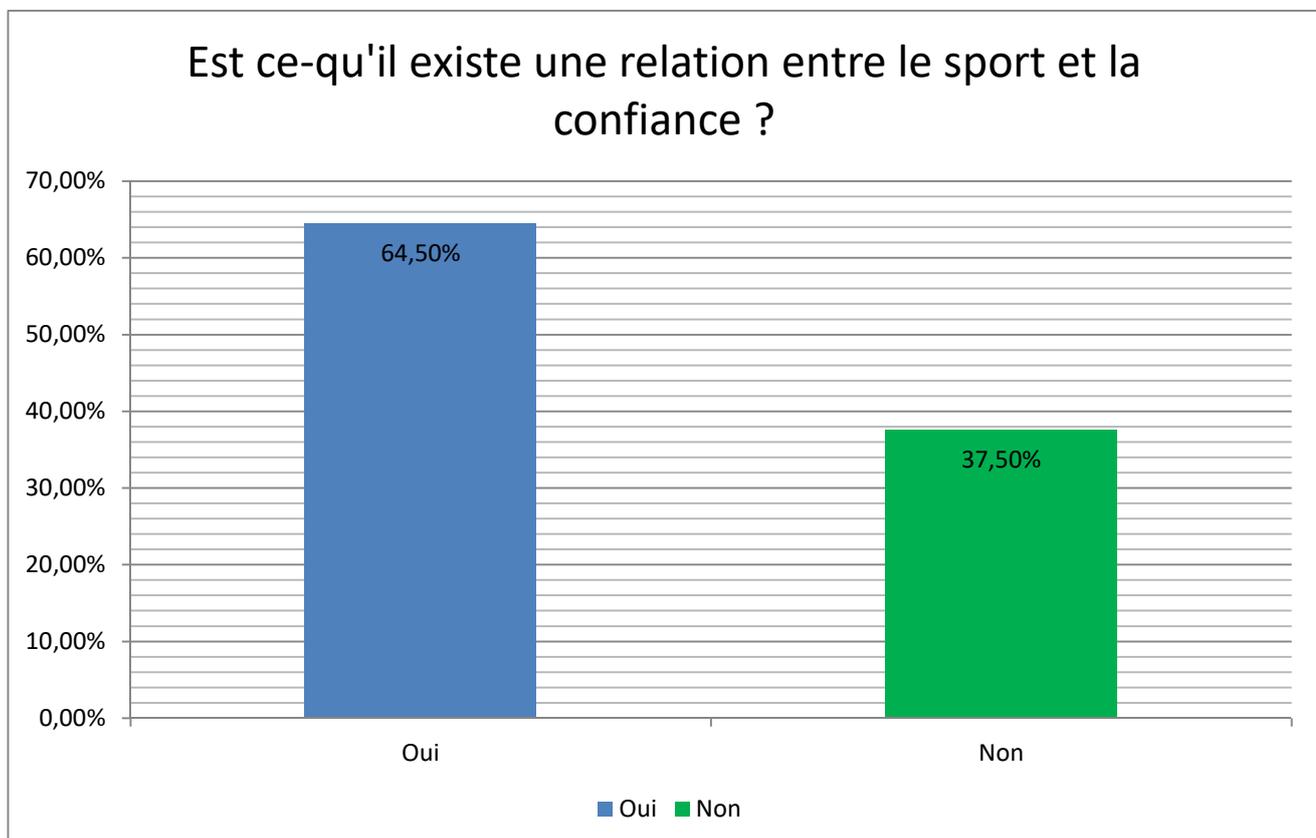
2-5- Lecture du Tableau :

64,5% des élèves d'EPS trouve que il existe une relation entre le sport et la confiance, par contre 37,5% on répondu par non.

2-6- Analyse de Résultats :

La confiance en soi n'est pas don de la nature, c'est une qualité qui se développe, se travaille et entretient. Il ya de nombreuse façon de cultiver cette qualité, et de nombreuse activités à pratiquer

Histogramme N° 8: Relatif aux réponses de la question N°8



Question N°9 : Est ce-que la pratique des activités physique permet d'avoir la confiance en soi ?

Tableau N°9 : Représente le nombre de répétitions et les pourcentages de la neuvième question.

Réponse	Fréquence	Pourcentage
Oui	26	65%
Non	14	35%

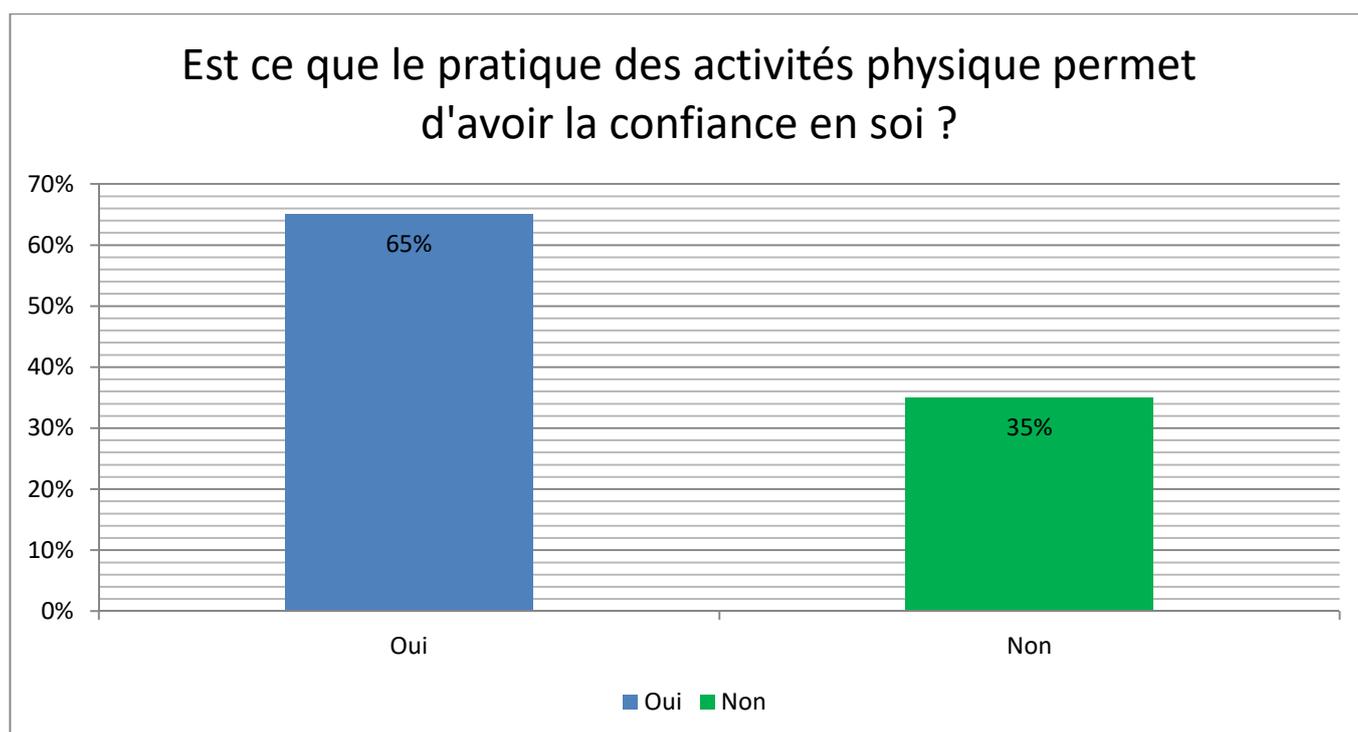
2-7- Lecteur de Tableau :

D'après les résultats de tableau ou constat que la majorité des élèves avec un pourcentage de 65% déclarent que la pratique des APS permet d'avoir confiance en soi, tandis que 35% d'entre eux voyant le contraire

2-8- Analyse de Résultat :

Le sport est un excellent moyen de lutter contre le manque de confiance en sois notre corps est conçu pour l'activité physique par pour ca évidemment on peut aussi réfléchir, créer mais exercice un activité physique est inscrit dans non gênes alors on conclus que le sport est un moyens d'avoir une confiance.

Histogramme N° 9: Relatif aux réponses de la question N°9



Question N°10 : Comment développez-vous la confiance en soi dans les sports collectifs

Tableau N°10 : Représente le nombre de répétitions et les pourcentages de la dixième question.

Réponse	Fréquence	Pourcentage
A travers les encouragements de votre enseignant d'EPS	11	27,50%
En gagnions le match	20	50,00%
A travers la bonne participation durant le match	9	22,50%

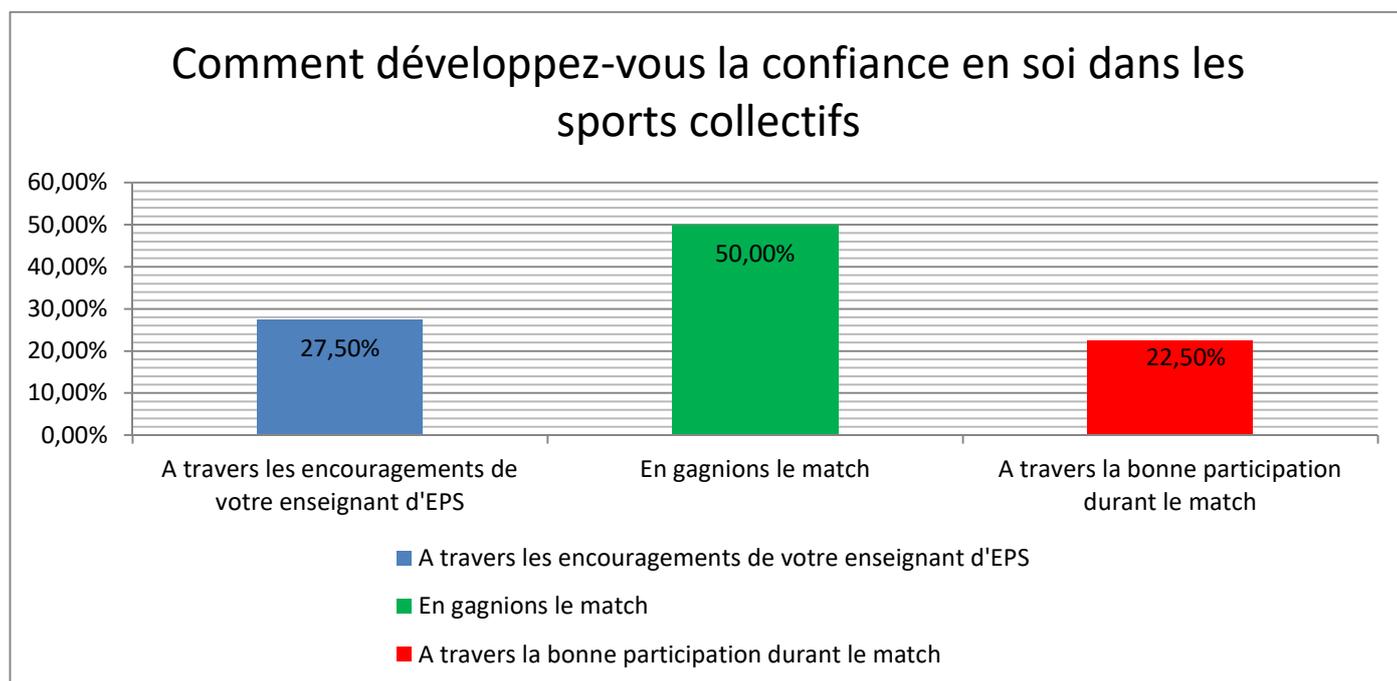
2-9- Lecture de Tableau :

Sur le comment développer la confiance en soi dans les sports collectifs on constat que 50 pour élèves ont répondu par gagner des matches contre 27,5% on répondu qu'a travers les encouragements de leur enseignants d'EPS et 22,5% a travers la bonne participation durant le match

2-10- Analyse de Résultat :

On a tendance a penser qu'un sport collectif peut êtres bon pour individualiste par ce que qu'il Permettra de mieux s'insérer dans un groupe et ainsi devenir plus sociable, un sort collectif développé l'esprit de group puisqu'il de pratique au nain de groupe équipe.

Histogramme N° 10: Relatif aux réponses de la question N°10



Discutions des résultats

D'après notre enquête et lors interprétation des résultats des élèves d'EPS

Discutions des résultats liés à Hypothèse N° 02 :

La pratique des activités physiques et sportives participe au développement de l'estime de soi chez les adolescents de 12 ans jusqu'à 15 ans

Les résultats obtenus confirment notre hypothèse :

D'après les résultats obtenus par les élèves on a constaté que le sport nous redonne le sourire régule notre humeur et atténue notre stress l'APS est souvent considéré comme antidépresseur naturel et aussi on peut se définir l'estime de soi comme perception consciente de ses propres qualités qui regroupe l'ensemble de représentations et des émotions ressenties par l'individu. On conclut que le sport influence positivement sur l'estime de soi car le sport est un moyen de lutter contre le manque de confiance en soi que notre corps est conçu pour l'activité physique. Pour évidemment on peut conclure que le sport joue un rôle très important sur le développement de l'estime de soi chez l'adolescent.

2-Interprétation des résultats liée a la troisième hypothèse :

La pratique des activités physiques et sportives donne confiance en soi chez les adolescents de 12 ans a 15 ans.

Question N°11 : Devient le manque de confiance en soi?

Tableau N°11 : Représente le nombre de répétitions et les pourcentages de la onzième question.

Réponse	Fréquence	Pourcentage
Le manque de confiance de vos parents	12	30,00%
l'échec personnel	12	30,00%
le doute de vos capacités	16	40,00%

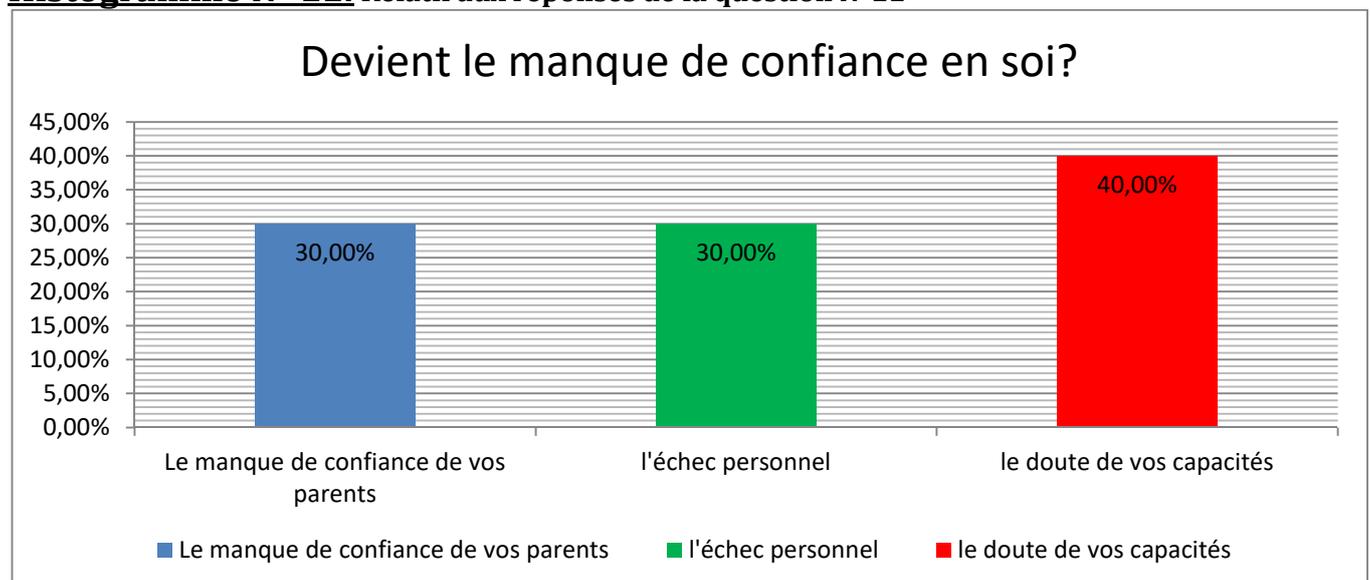
3-1- Lecteur de Tableau :

Nous observons ce tableau que les élèves voir que la confiance en soi vient de doute de leur capacité avec un taux de 40% tendis que 30% on répondu le manque de confiance de leur parents et 30% l'échec personnel.

3-2- Analyse de Résultat :

C'est dans notre enfance que se con solide, ou nos notre confiance face a la vie l'attitude de nos parente est bien sur déterminante en bien ou un mal le manque un

Histogramme N° 11: Relatif aux réponses de la question N°11



Question N°12 : Peut-on considéré la pratique des APS comme un aspect de développement de l'estime de soi ?

Tableau N°12 : Représente le nombre de répétitions et les pourcentages de la douzième question.

Réponse	Fréquence	Pourcentage
Oui	19	47,50%
Non	21	52,50%

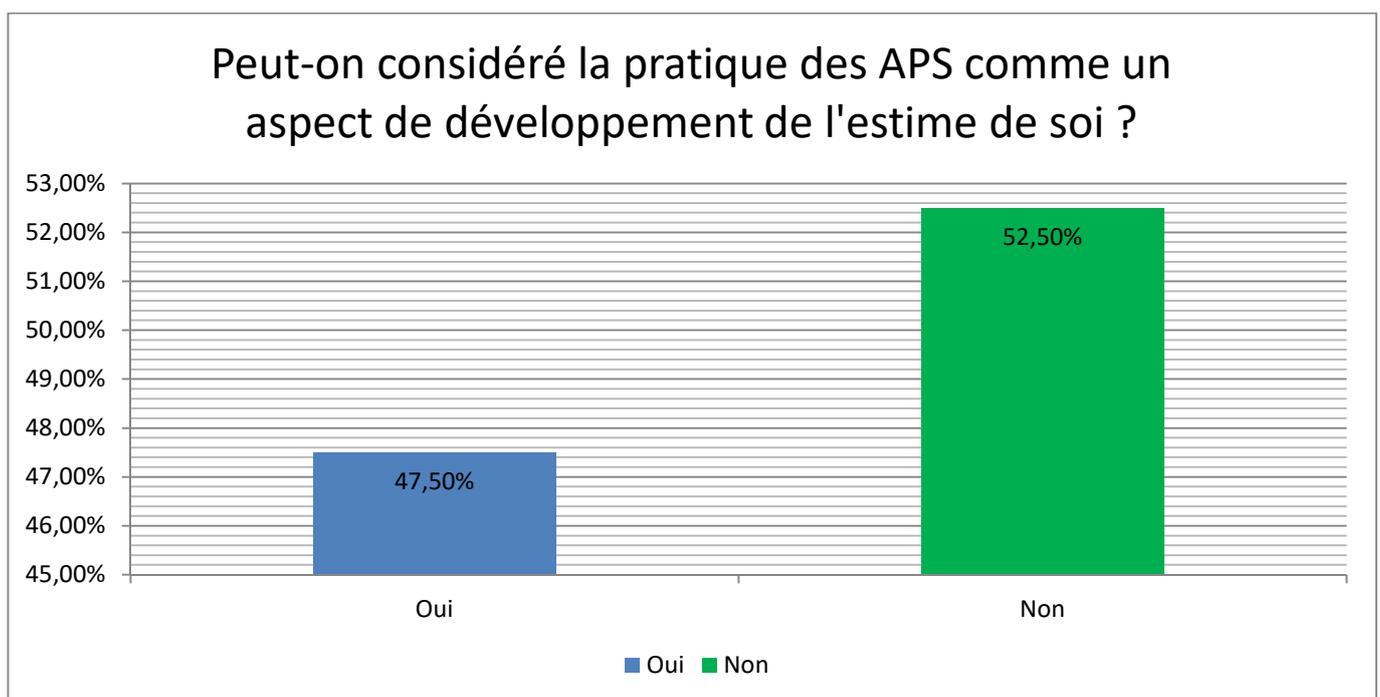
3-3- Lecteur de Tableau :

Le tableau ci-dessus montre que 52,5% des élèves ne considère Pas que la pratique des APS comme un aspect de développement de l'estime de soi Alors que 47,75% ils affirment.

3-4- Analyse de Résultat:

L'activité physique affecté positivement votre esprit et votre santé mental, a la fin de votre séance vous restez optimistes et détendus l'activité physique amélioré l'activité et contribue trouver plus rapidement la solution de développement de l'estime de soi.

Histogramme N° 12: Relatif aux réponses de la question N°12



Question N°13 : Avez-vous l'occasion d'être capitaine d'équipe durant les tournois de votre établissement? Ou bien dans le club sportif si vous êtes intégrés dans un club?

Tableau N°13 : Représente le nombre de répétitions et les pourcentages de la treizième question.

Réponse	Fréquence	Pourcentage
Oui	14	35,00%
Non	26	65,00%

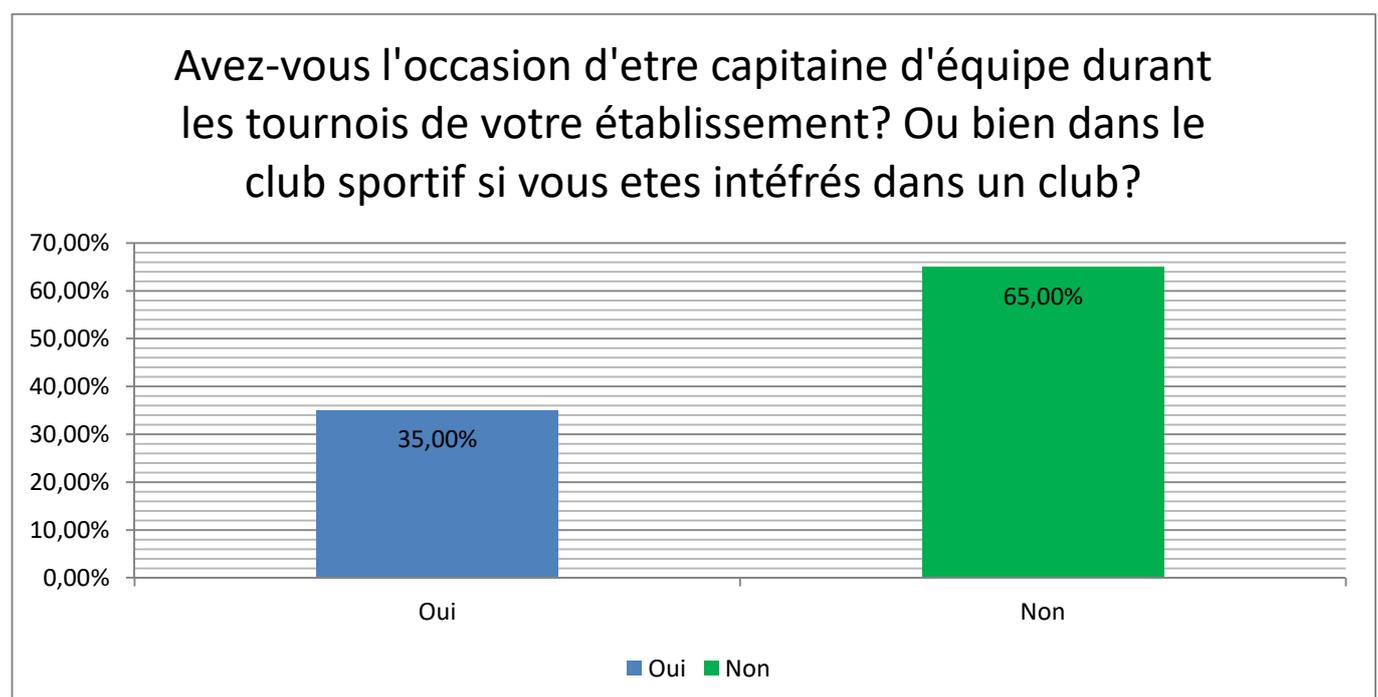
3-5- Lecteur de Tableau:

Le tableau ci-dessus montre que 65% n'et jamais été capitaine d'équipe durant les tournois dans leur établissement ou dans un club sportif alors que 3.5% ont été capitaine.

3-6- Analyse de Résultat :

L'occasion d'être un capitaine dans un tournois dans l'établissement au en_dehors de l'établissement nommé un chef ou un guide sur le terrain le capitaine est souvent un des joueurs les plus expérimente de l'équipe ou son joueurs le plus adoré_capable d'influer largement sur les matchs Alor c'est pour ca la majorité des joueur évite de faire capitaine a cause de la responsabilité.

Histogramme N°13: Relatif aux réponses de la question N°13



Question N°14 : A votre avis la séance d'EPS vous permet d'avoir la confiance de vous capacités physiques et mentales ?

Tableau N°14 : Représente le nombre de répétitions et les pourcentages de la quatorzième question.

Réponse	Fréquence	Pourcentage
Souvent	17	42,50%
Rarement	19	47,50%
Jamais	10	10,00%

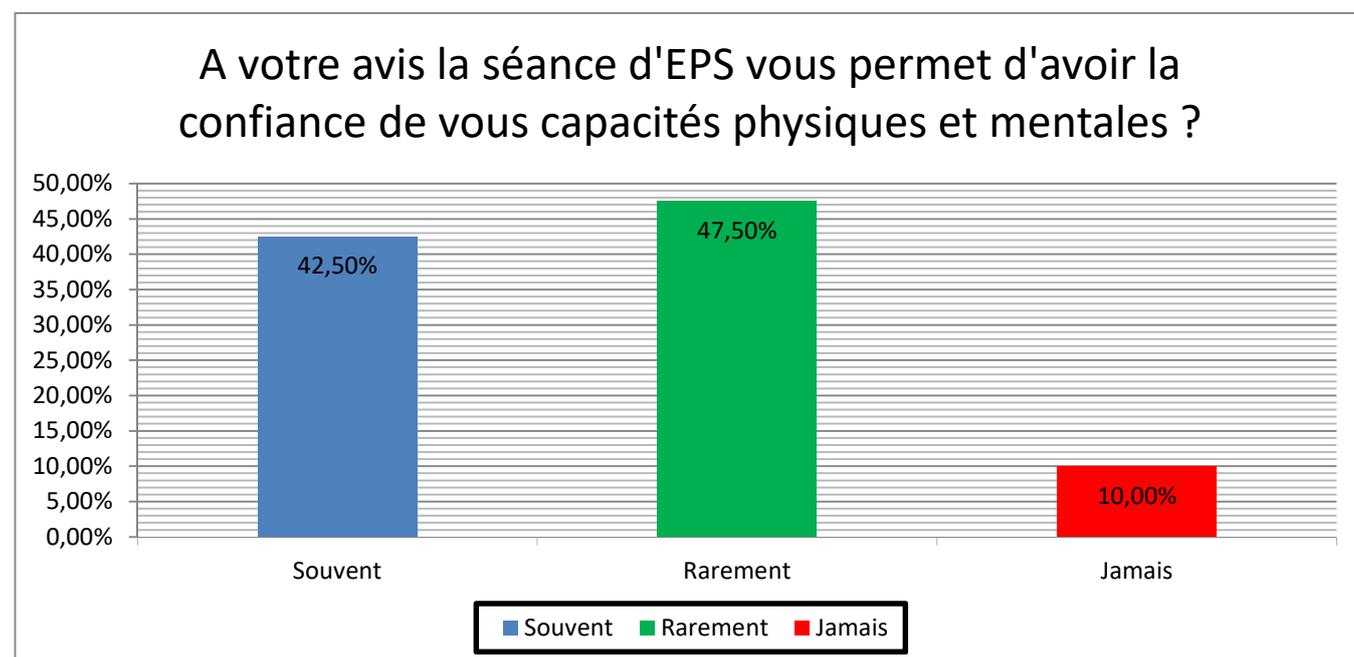
3-7- Lecteur de Tableau:

Le tableau ci-dessus montre que 47.75% des élèves voient que l'EPS permet rarement d'avoir la confiance ont leur capacité physique et moral tandis que 42,5% voient que c'est souvent et 10% jamais.

3-8- Analyse de Résultat:

Le sport dans l'établissement joue un rôle très important pour les élèves par ce que la séance de sport regroupe tant les élèves alors c'est une chance de connaître les autres de changer les avis et de enlever le stress et la timidité alors c'est une chance d'avoir une confiance total.

Histogramme N°14: Relatif aux réponses de la question N°14.



Question N°15: Pensez-vous que le sport est bien pour la santé de l'individu ?

Tableau N°15 : Représente le nombre de répétitions et les pourcentages de la quinzième question.

Réponse	Fréquence	Pourcentage
Oui	23	57,50%
Non	17	42,50%

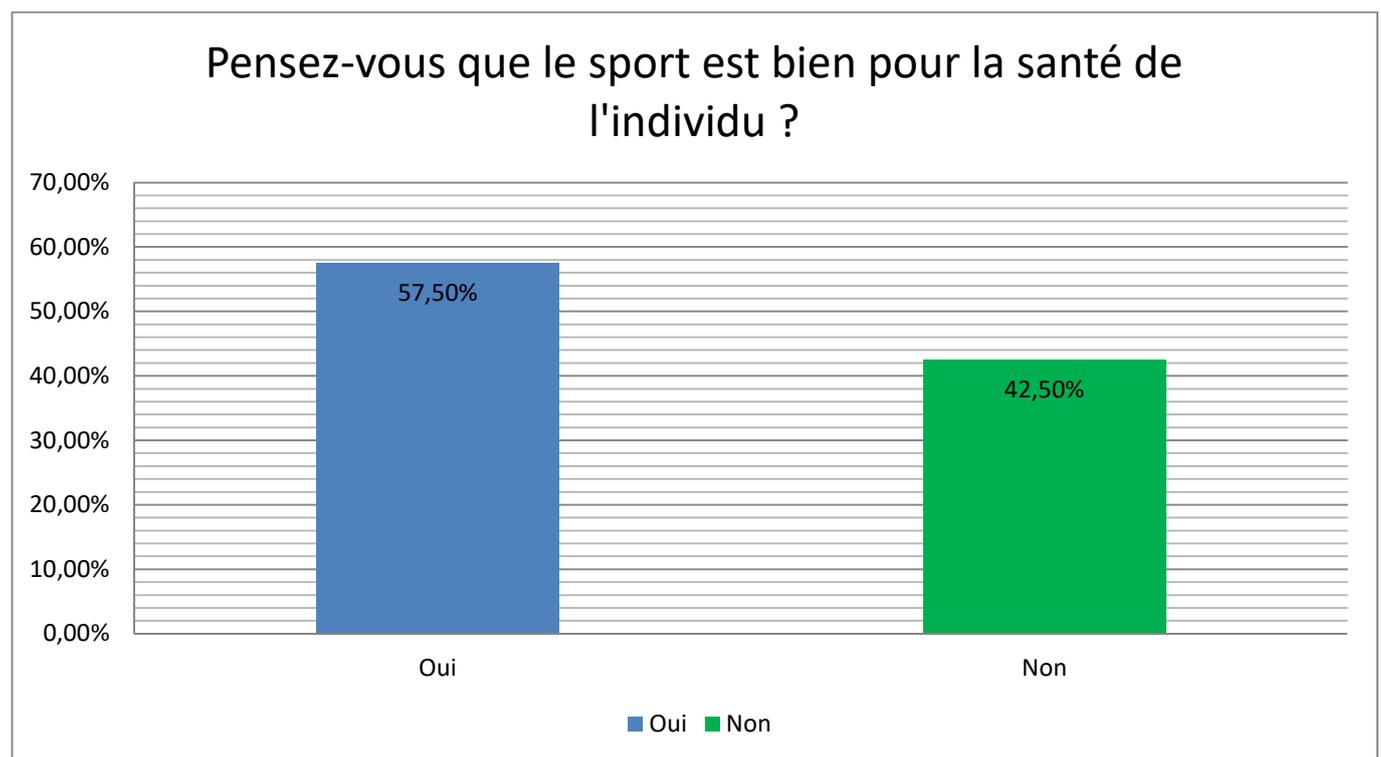
3-9- Lecteur de Tableau :

D'après les résultats du tableau on constat que la majorité des élèves avec un pourcentage 57,5% déclarent que le sport est bien pour la santé de l'individu, tandis que 42.5% ont répondu par non.

3-10- Analyse de Résultat :

Une activité physique régulière contribue au bien être d'un individu le sport détend et provoque une coupure avec son activité quotidienne il nous donne confiance en soi et permet de mieux connaître son corps et d'en êtres plus a l'écoute.

Histogramme N° 15: Relatif aux réponses de la question N°15



Discussions des résultats

D'après notre enquête et lors interprétation des résultats des élèves sur:

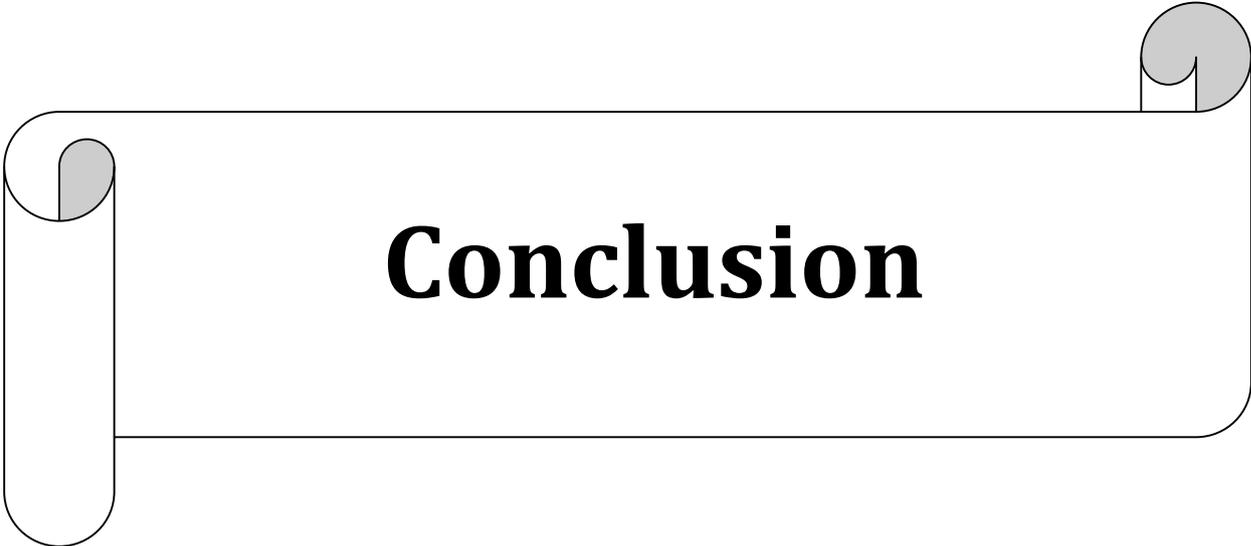
Discussions des résultats liés à Hypothèse N° 03 :

La pratique des activités physiques et sportives donne une confiance en soi chez les adolescents de 12 ans jusqu'à 15 ans

Les résultats obtenus par les élèves en constate que le sport est un moyen de lutter contre le manque de confiance en soi notre corps et conçu pour ça évidemment on ne peut pas aussi réfléchir, créer mais exercer une activité physique est inscrit dans nos gênes alors on peut dire que a une relation avec la confiance

Le sport dans l'établissement jeu un rôle très important pour les élèves par ce que la séance de sport regroupe tant les élèves alors c'est une chance de connaitre les un et les autres, de changer les avis et de enlever le stress et la timidité, alors c'est une chance d'avoir une confiance total.

Une activité physique régulière contribue au bien être d'un individu le sport détend et provoque une coupure avec son activité quotidienne il nous donne confiance en soi et permet de mieux connaitre son corps et d'en êtres plus a l'écoute. Alors on conclut que la pratique sportive donne une confiance en soi.



Conclusion

Conclusion :

Les résultats aux quels nous sommes arrivés nous démontre que les activités physiques et sportives peuvent également revendiquer leur place comme milieu de vie et de développement de la personnalité des adolescents.

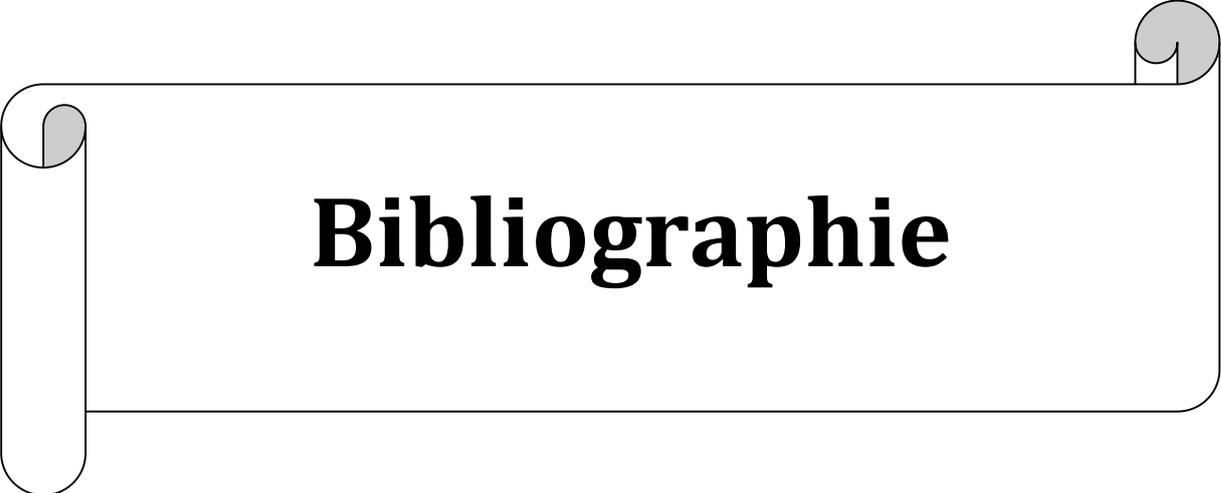
A la lumière de l'étude psychologique mené et des résultats obtenu nous pouvant conclure par dire que nos hypothèses sont confirmer, de se fait, il ressort que la pratique des activités physique et sportives influence sur la formation de la personnalité des adolescents.

Nous constatons que les activités physiques et sportives dans tout les pays du monde jouent un rôle préparatoire dans la formation de la personnalité des adolescents, qui leur permet de se dépenser physiquement et de changer les idées, comme c'est un moyen de lutter contre la sédentarité et de se trouver vers l'extérieur.

Nous peuvent ainsi dire que les activité physiques et sportives avant tout un outil qui permet au adolescent d'avoir confiance en soi et affecte leur esprit et qui redonne le sourire, régule notre stresse et regroupe l'ensemble des représentation et des émotions d'élaborer ou ressentir par l'individu a participe ces expérience personnel , la confiance en soi n'est don de la nature, c'est une qualité qui se développe, alors nous peuvent dire on a conclue que le sport influence positivement sur l'estime de soi des adolescents.

Néanmoins, notre recherche présente des limites notamment, para port a la passibilité de généralisation des résultats, sur tous les établissements scolaire en Algérie, vue les spécificités de chaque établissement.

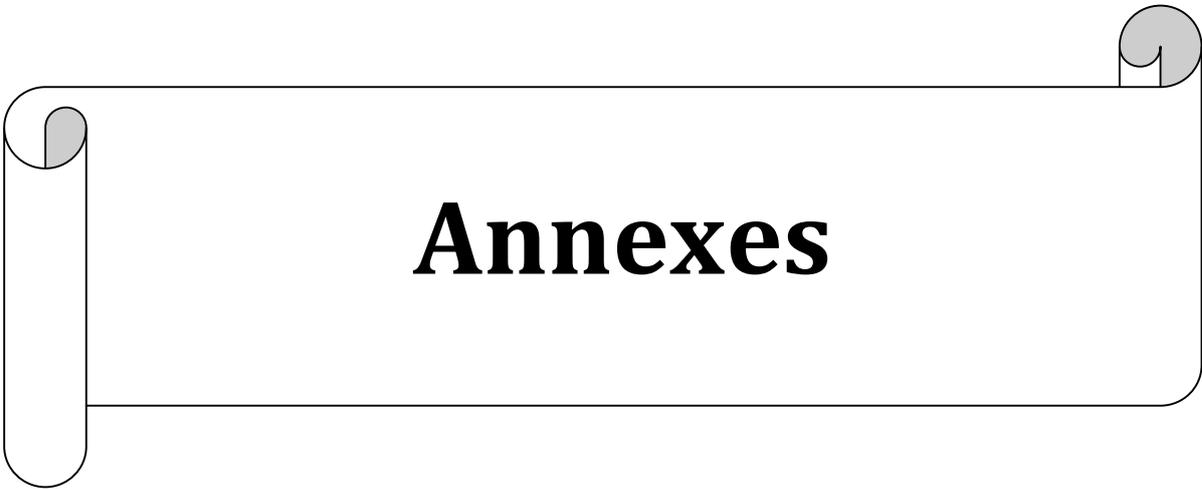
Pour finir il nous reste a espérer que cette recherche aura contribué a apporter un éclairage sur l'impact de la pratique des activité physiques et sportives sur la formation de la personnalité des adolescents de 12ans a 15 ans.



Bibliographie

Bibliographie

- J. Balemire Bazilashe, M. Ditisheim & P. Marc**, « Approches de l'adolescence » in « Vous avez dit... Pédagogie » n° 34, Neuchâtel, janvier 1995.
- J. Balemire Bazilashe, A. Dunant, C. Piquilloud, M. Ruchat**, « *Adolescence et Identité* » in « Vous avez dit... Pédagogie » n° 43, Neuchâtel, septembre 1996.
- F. Clerc**, « *Profession enseignant, débiter dans l'enseignement* », Hachette Education, Paris, 1995.
- E H. Erikson**, « Adolescence et crise, la quête de l'identité », Champs Flammarion, Paris, 1972.
- D. Gaonac'h & C. Golder**, « Profession enseignant: manuel de psychologie », Hachette Education, Paris, 1995.
- A. Gesell**, « L'adolescent de 10 à 16 ans », Presses Universitaires de France, Paris, 1959.
- T. Gordon**, « Enseignants efficaces: enseigner et être soi-même », LeJour Editeur, Québec, 1981.
- Thibault, J.** sport et éducation physique (1870-1970) vrin 1992
- Mosston, M, et Ashworth, Mostson, M, et ashworyh, s**, Teaching physical education, New York.
- Ramon Fernandez**. La personalities.
- Robert Jourda**. La personalities professionnelle (2003)
- Winfred, Huber**. Introduction a la psychologie de la personnalité. Editions mardaga Amazon France.
- P, Bernard et S, Trouvé** (19977) Définition et théories de la personalities.
- R, S, Illingworth traduit par J, F, Eizenbaum**. (1978) Développement psychomoteur de de l'enfant.
- Caviglioli, B** « Sport et Adolescents », Librairie J.Vrin, Paris (1976).
- Coslin, P** Psychologie de l'Adolescent ». Paris, (2003).



Annexes

Université Abderrahmane Mira de Bejaia

Faculté des sciences humaines et sociales

Département des STAPS

L'âge :

Sexe :

Classe :

Questionnaire destiné aux élèves

Chers élèves :

Dans le cadre de notre travail de recherche dont l'objet est : de démontrer l'effet de la pratique des APS sur la formation de la personnalité des adolescents de 12 ans à 15 ans, nous vous prions de bien vouloir répondre objectivement aux questions après une lecture attentive, car notre enquête dépend essentiellement de la précision de vos réponses.

Veillez mettre un cercle sur la réponse de votre choix.

Nous tenons à vous rassurer que les informations fournies ne seront utilisées que dans le cadre de la recherche scientifique en gardant l'anonymat de notre échantillon.

Veillez indiquer s'il vous plaît :

Commune :

.....

Etablissement :

.....

.....

MERCI

Question 7 :

-Pensez-vous que la pratique sportive influence sur votre estime de soi ?

Oui

Non

Si c'est oui

pourquoi :.....
.....
.....

Question 8 :

-Est ce –qu'il existe une relation entre le sport et la confiance ?

Oui

Non

Question 9 :

-Est ce-que le pratique des activités physiques permet d'avoir la confiance en soi ?

Oui

Non

Question 10 :

-Comment développez-vous la confiance en soi dans les sports collectifs ?

- A travers les encouragements de votre enseignant d'EPS
- En gagnions le match
- A travers la bonne participation durant le match

Question 11 :

-Devient le manque de confiance en soi ?

- Le manque de confiance de vos parents.
- L'échec personnel.
- Le doute de vos capacités.

Question 12 :

-Peut-on considéré la pratique des APS comme un aspect de développement de l'estime
-de soi ?

Oui

Non

Question 13 :

-Avez-vous l'occasion d'être capitaine d'équipe durant les tournois de votre établissement ?
ou bien dans le club sportif si vous êtes intégrés dans un club ?

Oui

Non

Question 14 :

-A votre avis la séance d'EPS vous permet d'avoir la confiance de vos capacités physiques et
mentales ?

Souvent

rarement

jamais

Question 15 :

-Pensez-vous que le sport est bien pour la santé de l'individu ?

Oui

Non

RESUME

Ce mémoire décrit notre travail de recherche qui est porté sur la formation de personnalité des adolescents de 12 ans -15 ans. Notre travail a été réalisé auprès d'un échantillon de 40 élèves (16 garçons et 24 filles) dans une classe de CEM Ighil Ouazoug Bejaia, on a distribué un questionnaire de 21 questions afin d'obtenir des réponses a notre problématique.

Les résultats obtenus de notre analyses montrent que les activités physiques et sportives (APS) influence au développement de la formation de personnalité des adolescents de 12 ans-15ans. Elle permette d'avoir confiance en soi et estime de soi et d'autre part d'approfondir nos connaissances acquises durant notre cursus concernant la formation de personnalité des adolescents de 12 ans-15 ans.

En fin, d'après l'analyse et discussion des résultats, ces derniers montrent l'existence d'une corrélation entre les activités physiques et sportives et la formation de personnalité des adolescents de 12 ans-15 ans et une corrélations entre les APS et confiance et estime de soi.