

## **Sujet : La compétition en EPS.**

### **Contextualisation 1**

Alors que le sens commun admet généralement que la compétition nous transcende, des voix critiques se font entendre aussi pour en dénoncer les dérives, et stigmatiser ce modèle de relations entre les êtres humains. Selon Henri Laborit par exemple, « *toute compétition est ordurière* » (Sport et Vie n°27, 1994). Nous essaierons dans ce devoir de dépasser les oppositions caricaturales et souvent teintées d'idéologie, pour envisager la légitimité de la compétition en éducation physique et sportive.

### **Contextualisation 2**

Assis derrière leur bureau, les enfants attendent avec un mélange d'impatience et d'anxiété les résultats de la dernière évaluation. Avec méthode et cérémonie, le professeur transmet les copies tout en annonçant les résultats à haute voix, les meilleures notes d'abord, pour descendre de proche en proche vers les plus basses. Cette procédure, qu'on souhaiterait définitivement d'un autre temps, utilise la compétition pour glorifier les meilleurs et humilier les derniers, ces derniers incorporant parfois au plus profond d'eux-mêmes qu'ils sont « nuls » ou « bons à rien ». Mais la compétition, c'est aussi l'exaltation, la joie et les prouesses qui naissent de l'affrontement ludique librement choisi autour d'un ballon dans la cour de récréation. C'est ce moment d'évasion hors des contraintes quotidiennes au cours duquel il est parfois possible d'apprendre à s'opposer et simultanément à se respecter. Entre le visage de Lucifer et celui de la vertu, la compétition n'a pas de signification univoque. Sous l'angle de l'analyse critique, nous envisagerons sa place en éducation physique et sportive.

### **Définition des concepts clés → compétition**

La compétition est une opposition entre une ou plusieurs personne(s) qui cherche(nt) à atteindre un même objectif. Elle vise à désigner le meilleur concurrent ou l'équipe victorieuse autour d'une objectivation des résultats. Elle peut être directe, lorsque les sujets s'affrontent les uns contre les autres en temps réel : c'est le cas notamment pour les sports de combat, les sports de raquette, les sports collectifs, la natation, ou encore certaines spécialités de l'athlétisme (courses), ou du cyclisme (épreuves en ligne, cyclo-cross, américaine...). Elle peut être indirecte, lorsque les concurrents réalisent leurs performances les uns après les autres, et sont départagées par des critères spatiaux (lancers, sauts, tir, sports boules), temporels (contre-la-montre en cyclisme ou en VTT descente), ou encore par des critères de jugements esthétiques et/ou acrobatiques (gymnastique, trampoline, plongeon, patinage artistique).

La compétition est l'essence des sports, ces derniers étant « *l'ensemble fini et dénombrable des situations motrices codifiées sous forme de compétition et institutionnalisées* » (Pierre Parlebas. *Éléments de sociologie du sport*. PUF, Paris, 1987). Rappelons que parmi les activités susceptibles d'être enseignées à l'école (les APSA), la plupart ont une signification sportive et sont donc compétitives, alors que d'autres ne sont pas des sports et s'émancipent du modèle compétitif (danse, arts du cirque, certains jeux traditionnels, étirements...).

Selon A.Hébrard, « *l'éducation physique et sportive est faite d'un ensemble d'enseignements d'APSA qui visent la transmission d'une culture et le développement des conduits motrices que les valeurs admises conduisent à considérer comme souhaitables et susceptibles de procurer le bien-être* » (EPS interroge, in *Revue EPS* n°312, 2005). L'objet de notre réflexion sera d'étudier la légitimité de la compétition pour transmettre une culture, développer les conduites motrices, et favoriser le bien-être.

### **Questionnement**

Quelle est la place de la compétition en EPS ? Une place centrale compte-tenu de la représentativité culturelle des activités sportive ? Ou une place secondaire, compte-tenu de ses possibles effets délétères : sélection, rivalité, résignation, tricherie, voire violence ? Comment catalyser ses pouvoirs positifs ? Comment neutraliser ses effets pervers potentiels ? En quoi la compétition est-elle porteuse de contraintes nécessaires à la construction de certaines compétences ? Comment faire un usage éducatif de la compétition sans glorifier la loi du plus fort ? Comment aménager la compétition afin qu'elle convienne à la fois à l'élève expert et à l'adolescent obèse ? Quelles sont les formules originales à inventer pour qu'au final tout le monde soit gagnant ?

### **Problématique**

Entre angélisme et diabolisation, et au-delà des positionnements idéologiques, nous montrerons qu'il est possible d'envisager un usage éducatif de la compétition en EPS, un usage qui relativise ses résultats, un usage qui génère du plaisir, des émotions maîtrisées, de l'engagement et du jeu, un usage qui dépasse l'association perverse compétition / sélection ou résignation, et surtout un usage qui utilise les contraintes de la situation compétitive comme levier pour transformer les élèves. Finalement, afin que chacun apprenne à s'insérer dans la vie sans avoir besoin d'incorporer le principe de la loi du plus fort, nous utiliserons la compétition de façon

réfléchi grâce à un traitement didactique volontariste censé révéler ses dimensions conatives, émotionnelles et éducatives, pour qu'au bout du compte, tous les élèves soient gagnants.

### Les propositions de plans :

#### Plan 1 : apprentissage et motivation

- ◇ Partie 1 : la compétition et la motivation
- ◇ Partie 2 : la compétition et la construction de compétences propres à l'EPS
- ◇ Partie 3 : la compétition et la construction de compétences méthodologiques et sociales

#### Plan 2 : apprentissage et motivation (variante)

- ◇ Partie 1 : la compétition est favorable aux apprentissages
- ◇ Partie 2 : la compétition est néfaste envers les apprentissages
- ◇ Partie 3 : la compétition et le plaisir, la motivation, l'engagement

#### Plan 3 : autour de la nature des apprentissages (= les types de compétences)

- ◇ Partie 1 : la compétition et la construction de compétences propres à l'EPS
- ◇ Partie 2 : la compétition la construction de compétences sociales
- ◇ Partie 3 : la compétition et la construction de compétences méthodologiques

#### Plan 4 : autour des types de compétition

- ◇ Partie 1 : la compétition contre soi
- ◇ Partie 2 : la compétition contre les autres
- ◇ Partie 3 : la compétition contre l'environnement

#### Plan 5 : plan dialectique

- ◇ Partie 1 : pourquoi utiliser la compétition
- ◇ Partie 2 : pourquoi ne pas utiliser la compétition et préférer d'autres types de relations interindividuelles
- ◇ Partie 3 : les conditions pour un bon usage de la compétition en EPS

**Votre travail = sélectionner les arguments + les rédiger en les simplifiant.**

#### Plan détaillé construit autour du plan 1= compétition, apprentissage et motivation

##### Partie 1 : la compétition et la motivation

- La compétition c'est du jeu, du plaisir, de l'émulation : La compétition est souvent synonyme de jeu, entendu au sens d'activité autotélique dont la réalisation génère en soi du plaisir. Selon J.Chateau en effet, « *le jeu ne représente d'abord que la liberté de chercher son plaisir où il peut se trouver* » (*L'enfant et le jeu*, Scarabée, 1954). Et dans la classification des jeux de R.Caillois (*Les jeux et les hommes*, Gallimard, Paris, 1958), la compétition est Agon, c'est-à-dire le plaisir de s'opposer en visant l'atteinte d'un même but. Dans les cours de récréation en effet, à partir de 5-6 ans (Veroff, 1969), les enfants inventent souvent des jeux au centre desquels on trouve une confrontation entre deux joueurs, ou deux équipes. Par ailleurs, de nombreux jeux s'organisent autour de la compétition : beaucoup de jeux traditionnels, la plupart des jeux de société, les jeux vidéo, certains jeux de rôles... C'est en cela qu'il y a potentiellement du jeu, donc du plaisir, dans la pratique d'une activité sportive, à condition que sa présentation et son traitement mettent davantage en avant l'émulation et l'incertitude du résultat, que la rivalité et la concurrence. De ce point de vue, « *un rapport de force équilibré* » (Programme du Collège, 2008) nous semble une condition importante pour que l'activité compétitive proposée conserve sa dimension gratuite et ludique.
- ➔ Exemple : Ainsi dans l'activité badminton avec une classe de cinquième pour laquelle la compétence visée est de « rechercher le gain loyal d'une rencontre en choisissant entre renvoi sécuritaire et recherche de rupture sur des volants favorables par l'utilisation de frappes variées en longueur ou en largeur », l'enseignant propose des matchs à thème avec un découpage de la cible en zones bonus (3 points) spécifiquement choisies selon le thème de la séance. Pour cette situation

compétitive, ce sont les joueurs perdants qui choisissent de défier l'adversaire de leur choix. Le caractère ludique de la situation semble garanti par l'équilibre de l'opposition, par le choix du rapport risque/sécurité, par l'originalité de la situation, et par la matérialisation au sol des cibles bonus à atteindre, ces dernières ouvrant de nouvelles perspectives en termes de décisions, d'incertitude, et de stratégies.

Nuance : Pour autant, le jeu de se décrète pas car « *jouer, c'est savoir qu'on joue* » (J.Henriot, *Sous couleur de jouer. La métaphore ludique*. J.Corti, Paris, 1989), et l'orientation motivationnelle intimement ressentie par l'enfant ou l'adolescent n'est pas directement observable. Avec la compétition en effet, il est facile de basculer entre une activité ludique construite autour de l'envie de gagner à une activité de protection de soi animée par la peur de perdre et d'être dévalorisée.

- La compétition génère du sens et peut stimuler les mises en projet : La compétition donne souvent un sens à l'activité déployée dans la séance d'éducation physique, car elle est porteuse de la représentativité sociale et culturelle des APSA, et notamment des activités sportives. Ne jamais proposer de compétitions, c'est prendre en effet le risque d'une dénaturaison de l'activité support, avec la menace de voir les compétences construites s'exprimer « à vide ». La compétition peut aussi stimuler l'engagement des élèves en EPS car elle représente une activité très concrète mettant en jeu l'essentiel des compétences attendues à l'échelle du cycle. Avec la compétition en effet, il est souvent possible de vérifier l'efficacité des nouveaux pouvoirs que confèrent les apprentissages, et il est possible de l'utiliser comme perspective pour amener les élèves à « *se fixer et conduire de façon de plus en plus autonome un projet d'acquisition ou d'entraînement* » (Programme de la classe de seconde générale et technologique, 2000). Les apprentissages des élèves prennent un sens, celui de produire des performances gages d'efficacité pour la situation compétitive.
  - ➔ Exemple : Dans l'activité acrosport avec une classe de troisième mixte pour laquelle la compétence attendue est de « concevoir et présenter un enchaînement maîtrisé d'au moins cinq figures acrobatiques statiques et dynamiques », l'enseignant forme des groupes hétérogènes et stables de quatre élèves. Sur un total de douze séances, les six premières sont consacrées à l'intériorisation des consignes de sécurité, à l'élaboration en commun d'un code de jugement, et aux apprentissages techniques. A partir de la septième séance, chaque groupe dispose d'un espace de liberté pour concevoir, mettre en œuvre et évaluer cinq figures « montées et démontées de façon active et sécurisée », en vue de les présenter au reste du groupe pour l'évaluation terminale. Ici, les modalités compétitives s'incarnent dans l'évaluation chiffrée de fin de cycle, et dans l'obtention d'un point bonus à l'équipe ayant gagné la compétition.
  - ➔ Autre exemple : Habituellement dans la pratique d'un sport collectif, d'un sport de combat ou d'un sport de raquettes, la compétition (le match) vient ponctuer la séance. L'idée est de vérifier la construction des compétences en contexte global. Mais il nous semble possible de renverser ce schéma très traditionnel, en commençant la séance par une situation compétitive, après un bref échauffement. L'idée est d'utiliser une compétition aménagée pour mettre en évidence des problèmes dans l'opposition, dans l'équilibre du rapport de force, et donc des besoins d'apprentissage, en impliquant tous les élèves. La suite de la séance porte alors sur ces apprentissages en proposant des situations qui ont du sens pour les élèves, car ils perçoivent mieux « à quoi elles servent ». En basket-ball par exemple, le match de début de séance peut faire apparaître de nombreuses interceptions dans la remontée collective de la balle, justifiant alors un travail de passe et de réception de passe en déplacement, et surtout un travail de démarquage des non porteurs de balle.
- Mais la compétition génère un climat motivationnel de comparaison sociale et peut provoquer de la résignation : Néanmoins, systématiser l'usage de la compétition en EPS, c'est prendre le risque d'installer un climat motivationnel de performance (Ames & Ames, 1984) favorisant certains types de buts (Nicholls, 1984) : les buts d'orientation vers l'ego (ou buts de comparaison sociale) au détriment des buts de maîtrise (ou buts d'apprentissage). Or les buts d'orientation vers l'ego favorisent plutôt des comportements non adaptatifs à l'égard des apprentissages, c'est-à-dire des comportements incompatibles avec les conditions pour apprendre et progresser (J.-P.Famose, P.Sarrazin, F.Cury, *Apprentissage et buts d'accomplissement*, in J.Bertsch et C.Le Scanff, *Apprentissage moteur et conditions d'apprentissage*, PUF, Paris, 1995). Ce sont aussi des buts caractéristiques d'une motivation extrinsèque (E.Deci, *Intrinsic motivation*, Plenum, New-York, 1975), c'est-à-dire des buts où l'activité devient instrumentale, au service de quelque chose d'extérieur, ici l'envie d'être le plus fort, le premier, de battre l'autre. Les élèves déploient parfois des stratégies motivationnelles pour se protéger des résultats de la compétition, dont certaines peuvent être des stratégies d'auto-handicap : la diminution volontaire de l'effort par exemple, ou encore la stratégie de la « jambe de bois » (E.Thill, *Compétence et effort*, PUF, Paris, 1999). Par ailleurs, ce type de climat de comparaison permanente « agresse » les élèves à l'assise narcissique la plus fragile, et génère du stress pouvant aller jusqu'à l'anxiété. Enfin, le risque ultime lié à l'abus de compétition en EPS s'incarne dans l'impuissance apprise (Seligman, 1975),

c'est-à-dire dans cette forme de résignation où l'élève incorpore l'idée que quoi qu'il fasse, il reste un perdant. C'est pourquoi nous pensons qu'il existe d'autres modalités d'interaction interindividuelle en EPS, d'autres façons possibles de vivre ensemble permettant de pondérer le poids des situations compétitives. Il existe aussi des pratiques non compétitives où la finalité n'est pas de gagner, notamment les activités artistiques destinées à produire une émotion, ou encore les activités relevant de la cinquième compétence culturelle d'abord destinées à « *orienter et développer les effets de l'activité physique en vue de l'entretien de soi* » (Programme du cycle terminal des séries générales et technologiques).

→ **Exemple** : Ainsi dans l'activité aérobic avec une classe de troisième mixte, l'enseignant vise la compétence « concevoir et présenter une routine collective, sur un support musical (de 120 à 140 BPM) comportant des éléments des différentes familles ». Placés au sein de groupes restreints et affinitaires, l'investissement des élèves pendant le cycle est libéré des contraintes compétitives et du poids des comparaisons interindividuelles car il s'agit avant tout de s'intégrer au sein d'une équipe animée par un projet collectif commun. Chaque adolescent apprend d'abord à prendre en compte les forces et les faiblesses de ses camarades, pour construire un enchaînement original permettant à tous de s'exprimer, et respectant les exigences d'un code construit en commun. Le mode de relation sociale repose ici sur la coopération et la communication, sans compétition.

→ **Autre exemple** : Ainsi dans l'activité tennis de table avec une classe de quatrième, parallèlement aux situations compétitives, l'enseignant place souvent les élèves en coopération. En vue de les amener à « profiter d'une situation favorable pour rompre l'échange par une balle placée latéralement ou accélérée », il est possible de demander à l'un des élèves d'envoyer des balles favorables sur le coup droit du partenaire. Ici le mode de relation n'est pas la compétition mais bien la coopération, et le climat motivationnel valorisé est un climat de maîtrise, car il s'agit de « jouer le jeu » pour faire progresser son camarade.

## Partie 2 : la compétition et la construction de compétences propres à l'EPS

- La compétition, c'est la logique des activités sportives, elle actualise tous les problèmes fondamentaux de l'activité enseignée : Dans le cadre de la pratique sportive, l'athlète s'entraîne, se perfectionne, se prépare en vue de la compétition. En éducation physique et sportive, la compétition peut trouver une place légitime dans le traitement didactique de l'activité enseignée. Elle permet en effet de « recontextualiser » le savoir (Y.Chevalard, *La transposition didactique*, La pensée sauvage, Grenoble, 1985) en vue de favoriser la construction de compétences, car une compétence s'accompagne par définition de pouvoirs sur l'environnement. C'est pourquoi l'enseignant aménage souvent la compétition en EPS sous la forme de matchs ou de duels « à thèmes ». Nous réfutons en effet l'idée que les compétences puissent se construire « à vide », c'est-à-dire en dehors d'une recherche d'efficacité. Et la compétition permet souvent aux compétences de s'affirmer comme de réels pouvoirs d'action. Dans les sports collectifs notamment, ou encore dans les sports d'opposition interindividuelle, « *l'opposition génère de l'imprévu et la nécessité constante de s'adapter aux contraintes issues de l'affrontement. Ce n'est donc que très rarement la simple application de combinaisons tactiques apprises à l'entraînement* » (Jean-François Grehaigne, Michel Billard, Jean-Yves Laroche, *L'enseignement des sports collectifs à l'école*, De Boeck Université, Paris, Bruxelles, 1999). La position d'Erick Monbaerts est plus radicale encore, postulant que « *le jeu vaut par lui-même, jouer apprend à jouer* » (Pédagogie du football. Apprendre à jouer par la pratique du jeu. Paris, Vigot, 1999). La compétition est donc légitime, car elle permet aux jeunes joueurs d'apprendre à « lire », d'apprendre à décider, en situation d'incertitude événementielle, spatiale, et temporelle. En favorisant les processus de perception du jeu et de décision dans le jeu, la compétition permet d'échapper au modèle béhavioriste où apprendre consiste à reproduire des modèles imposés par l'enseignant. Au lieu de donner de l'extérieur les solutions qui doivent permettre d'être plus efficace dans le rapport de force, le principe du jeu par lecture ou par compréhension repose sur les perceptions et les choix des joueurs en situation compétitive. Pour autant, ces situations sont aménagées, c'est-à-dire avec des contraintes ajustées aux contenus à intégrer et aux compétences à construire.
  - **Exemple** : En basket-ball avec une classe de troisième par exemple, l'enseignant vise pour son groupe la compétence « organiser une première circulation de la balle et des joueurs pour mettre un des attaquants en situation favorable de tir quand la défense est replacée ». Le thème de la quatrième séance porte sur les enchaînements d'action entre le passeur et le réceptionneur (jeu à deux). Dans une situation compétitive à affectif réduit de trois contre trois, il est possible de bonifier (trois points) tout panier réalisé après passe et va en autorisant au seul passeur le droit de se trouver dans le couloir de jeu direct du porteur de balle.
- La compétition génère une augmentation du niveau d'activation et pousse à bien faire : Avec la compétition, les élèves mobilisent souvent leurs ressources à un niveau élevé. Ils sont animés par la volonté de produire une performance, volonté qui peut aller parfois jusqu'au dépassement de soi. C'est

pourquoi la compétition est favorable aux apprentissages moteurs : grâce à elle, l'élève est plus concentré, plus attentif face aux événements, il cherche à bien faire, à donner le meilleur de lui-même. L'apprentissage suppose en effet « *un niveau d'investissement permettant la mise à contribution suffisante des processus et des ressources engagés par le sujet* » (Famose, Sarrazin, Cury, 1995). En d'autres termes, la compétition peut être le levier permettant de générer des comportements adaptatifs vis-à-vis des apprentissages.

→ Exemple : Avec une classe de cinquième dans l'activité basket-ball, l'enseignant remarque que la qualité des passes est surtout affectée par un manque de concentration : la passe ne représente manifestement pas un temps fort pour les élèves. Il pourra proposer une situation de criss-cross à trois (enchaînement de passes en suit vers l'avant), pour aller tirer vers le panier adverse. Une compétition s'organise entre chaque groupe : sur cinq passages, l'équipe gagnante est celle qui totalise le plus grand nombre de points, sachant qu'un panier marqué compte deux points, et que chaque ballon tombé au sol (donc non réceptionné) fait perdre un point à l'équipe. Grâce à la compétition, l'enseignant espère réorienter l'attention des jeunes adolescents vers les critères de réussite d'une passe correcte (transmission précise dans la course du receveur).

- Mais cette augmentation peut aller jusqu'à de l'anxiété défavorable aux apprentissages : La compétition risque néanmoins d'élever le niveau d'activation au-delà de son optimum. La très ancienne loi de Yerkes et Dodson (1908) postule en effet l'existence d'un niveau d'activation cérébral pour lequel la performance est maximale. Au-delà, on observe une dégradation des performances. En d'autres termes, le stress est utile à la performance jusqu'à un certain niveau, mais ensuite il lui devient nuisible. C'est le cas du joueur de tennis qui joue « petit bras » lors de points décisifs, ou du basketteur qui perd son adresse dans le « money time ». Certains auteurs postulent même l'existence d'une caractéristique individuelle quant au caractère menaçant de la compétition : certains sujets seraient affectés par la compétition, d'autres seraient seulement stimulés. Selon Martens (1975), l'anxiété liée à la compétition (competitive anxiety trait) serait une disposition stable prédisposant plus ou moins au stress en situation compétitive. La compétition peut aussi perturber la construction de nouveaux apprentissages en réactualisant les conduites les plus anciennes au détriment de celles en train de se construire : c'est le cas du jeune nageur en situation compétitive qui « oublie » le travail sur la glisse, l'amplitude et le positionnement de la tête en augmentant sa fréquence gestuelle au détriment de la qualité de ses trajets moteurs et de sa respiration aquatique. C'est pourquoi si la compétition est souvent mise en œuvre dans le cadre de l'enseignement des APSA, l'enseignant devra souvent en dédramatiser les enjeux : veiller à ne pas « sur-récompenser » les vainqueurs ou rabaisser les perdants, éviter les classements trop ostentatoires (éviter l'affichage public des résultats compétitifs), éviter à la compétition de se dérouler en public (devant d'autres élèves), et concevoir une évaluation qui tout en utilisant la compétition valorise surtout la maîtrise de l'exécution et/ou la justesse d'un projet.

→ Exemple : Ainsi avec une classe de quatrième dans l'activité course de haies, l'enseignant organise une situation compétitive entre cinq concurrents sur 50 mètres avec quatre haies à franchir. Durant le cycle, les élèves apprennent à réaliser quatre appuis dans l'intervalle le plus adapté à leurs possibilités, en élevant le moins possible leur centre de gravité. Le résultat compétitif est ici relativisé, car l'évaluation prend surtout en compte ce qui a été enseigné grâce à un nomogramme mettant en relation le temps de course sur 50 plat et le temps de course avec haies. La meilleure note correspondant moins à une vitesse élevée qu'à la faiblesse de l'écart entre le temps de course sur 50 mètres plat et le temps de course sur 50 mètres haies. Dans cette situation, l'élève obtenant la meilleure note n'est pas obligatoirement le vainqueur de la course. Il est donc possible de perdre, et de se sentir quand même valorisé.

### Partie 3 : la compétition et la construction de compétences méthodologiques et sociales

- La compétition permet de mieux se connaître : La confrontation avec un autre ou avec les autres aide souvent l'élève à mieux « *se connaître* » (Programme du Collège, 2008) car son activité rencontre quelque chose qui « résiste ». Dans la compétition en effet, l'adolescent vérifie l'efficacité de ses pouvoirs sur l'environnement, il en mesure la portée. C'est notamment dans la comparaison avec un autre que l'on apprend souvent à repérer ses propres points forts et points faibles. Au tennis par exemple, l'élève apprend dans l'opposition que son service est un atout, mais que son revers est défaillant. Au rugby, le jeune joueur comprend que ses actions sont plus efficaces sur des phases de jeu déployé, que sur des phases de jeu groupé. Enfin, ainsi que l'affirmait André Gide, « *le meilleur moyen pour apprendre à se connaître, c'est de chercher à comprendre autrui* » (Journal, 1922). En situation compétitive, nous en apprenons mieux sur nous-mêmes car nous essayons de comprendre l'autre, ses choix, ses stratégies, ses réussites et ses erreurs. Au tennis toujours, l'élève repère que son smash n'est pas maîtrisé, en remarquant que l'adversaire cherche systématiquement à le lobber lors d'une montée au filet.

- La compétition permet d'apprendre à maîtriser ses émotions : La situation compétitive est génératrice de nombreuses émotions : joie, fierté, colère, frustration, déception, honte... La tonalité émotionnelle est même susceptible de changer rapidement au cours d'un match, d'un combat, d'un concours, et elle n'est pas uniforme à un instant donné : si certains sujets éprouvent de la joie ou de la fierté, d'autres ressentent parfois de la frustration ou de la colère. Porteuse d'émotions, la compétition peut donc aider les élèves à les reconnaître pour mieux les maîtriser, mais à condition que la situation d'opposition soit aménagée d'une certaine façon. Pas de magie en effet : il ne suffit pas de créer de la compétition pour favoriser la maîtrise des réactions émotionnelles. Nous pensons d'abord qu'il faut habituer les élèves à la compétition pour les aider à en comprendre le déroulement et à repérer les séquences qui vont générer les émotions. Mais pour apprendre à gérer ses propres émotions, celles-ci doivent être « gérables » compte-tenu des capacités de contrôle émotionnel des enfants et des adolescents : en cas de confrontation directe notamment, et surtout lorsque l'opposition induit des contacts, la situation compétitive sera de courte durée, notamment chez les plus jeunes ou les plus impulsifs. Nous pensons aussi qu'il est possible d'enseigner aux élèves des rituels de préparation à l'action. Ceux-ci leur permettent de rentrer dans l'activité par un geste très fortement automatisé censé les rassurer, geste permettant aussi de détourner la focalisation attentionnelle du contenu émotionnel. C'est par exemple le cas des rituels de salut mutuel en sport de combat, ou encore de la façon de faire rebondir sa balle avant un service au tennis. Enfin, des techniques de gestion du stress peuvent faire l'objet d'un apprentissage spécifique : techniques physiologiques (Jacobson, contrôle respiratoire), ou techniques cognitives (imagerie mentale). Ces techniques favorisent la redirection de l'attention vers autre chose que le seul contenu émotionnel, permettant en quelque sorte de « distraire » l'élève de ses propres émotions.

➔ Exemple : Les sports de combat sont culturellement porteurs de la compétence à maîtriser ses émotions car les assauts sont rarement vécus selon une tonalité émotionnelle neutre. Mais les émotions ressenties doivent restées maîtrisables. Ainsi en boxe française, l'enseignant envisage pour sa classe de cinquième la compétence « s'engager loyalement dans un assaut, en rechercher le gain tout en contrôlant ses touches et en maîtrisant la distance pour toucher sans être touché ». Après un échauffement axé sur le contrôle des coups portés, les combats sont d'une durée très courte pour ne pas laisser aux jeunes adolescents le temps de se laisser submerger par leurs émotions. Chaque élève alterne aussi les rôles de combattant et d'arbitre chargé d' « assurer le comptage des points et le respect des règles de sécurité », de façon à faciliter la compréhension de la réciprocité des droits et des devoirs. L'enseignant regroupe régulièrement ses élèves pour une régulation collective permettant de faire « retomber la pression », en verbalisant autour du vécu émotionnel. Enfin, la séance se termine par un retour au calme organisé autour de la maîtrise respiratoire, avec apprentissage de la respiration abdominale.
- La compétition permet de confier des rôles et de déléguer des responsabilités : La compétition peut aussi être le prétexte pour « dévoluer des rôles » (A.de Peretti, 1989), et « organiser et assumer des rôles sociaux et des responsabilités » (Programme du Collège, 2008). Autour des actions motrices, c'est à dire jamais « à vide », l'élève apprend alors plus que la seule maîtrise de ses nouvelles conduites motrices. La compétition offre en effet de nombreuses occasions pour arbitrer, juger, chronométrer, organiser, voire entraîner ou coacher... Par ailleurs, confier des responsabilités agit positivement sur la motivation intrinsèque des élèves, dont l'un des ressorts est le sentiment d'auto-détermination (A.Lieury, F.Fenouillet, Motivation et réussite scolaire, Dunod, Paris, 1996).

➔ Exemple : Ainsi avec une classe de troisième de 24 élèves, l'enseignant organise des rencontres de trois contre trois en deux mi-temps de 4 minutes sur la largeur d'un gymnase de type C. Chaque équipe de quatre joueurs gère elle-même ses changements en ayant la possibilité de demander un temps-mort par mi-temps auprès de la table de marque constituée d'un marqueur et d'un chronométreur. Les matchs sont arbitrés par deux arbitres chargés chacun d'une partie du règlement (pour simplifier la lecture du jeu) : un pour les fautes, un pour les violations. Cette organisation permet de faire jouer en temps réel 12 élèves avec 4 remplaçants, alors que les 8 autres s'inscrivent dans la compétence attendue « s'observer et co-arbitrer », ainsi que dans deux compétences du socle commun : la compétence 6 relative à « l'engagement dans différents rôles sociaux », et la compétence 7 relative à « la construction d'un élève plus autonome, plus responsable et capable de prendre des initiatives » (Programme du Collège, 2008).
- La compétition permet de favoriser la collaboration : Dès lors que la compétition oppose une équipe à une autre équipe, elle offre des ressources pour apprendre aux élèves à collaborer et coopérer. L'existence d'un but commun à atteindre en recherchant l'efficacité stimule en effet la communication interindividuelle et le dépassement de son égocentrisme. Ici sont visés surtout des « savoir-faire sociaux », qui « permettent aux élèves de coopérer, d'argumenter et de négocier des conflits » (Programme de la classe de seconde générale et technologique, 2000). Mais pas de vision idéaliste : ainsi que le soulignait il y a déjà longtemps J.Le Boulch, « ni l'éducation physique, ni le sport n'ont de valeur socialisante en soi, c'est par le biais d'une pédagogie active centrée sur le groupe que le sport pourra accéder au statut d'activité socialisante » (Face au sport, ESF, Paris, 1977). C'est pourquoi la compétition sera judicieusement aménagée par l'enseignant en vue de favoriser la participation de tous,

et en vue de prévenir les effets de «  *paresse sociale*  » (Ringelman, 1913) toujours possibles dès lors que les membres d'un groupe sont invités à collaborer.

➔ Exemple : Ainsi dans l'activité basket-ball avec une classe de seconde mixte, l'enseignant organise des équipes équilibrées et stables à l'échelle du cycle afin de stimuler la connaissance mutuelle et le développement d'une dynamique de groupe. Mais il observe qu'en matchs de quatre contre quatre, de nombreux élèves ont tendance à s'accaparer le ballon, et dribblent souvent en dehors de toute logique stratégique. L'enseignant aménagera alors la situation compétitive avec de nouvelles contraintes de nature à favoriser la collaboration efficace de toute l'équipe pour marquer : un nombre de « cartouches » (droit au tir) limité par joueurs, la possibilité d'enchaîner seulement quatre dribbles à la suite, un jeu avec un ballon dégonflé pour limiter les rebonds et donc les dribbles, ou encore un score égal au nombre de buts multiplié par le nombre de marqueurs...

- La compétition favorise le respect des règles et le respect des autres : La compétition génère des contraintes : d'une part il s'agit d'être performant et efficace pour gagner, de l'autre il faut respecter des règles. «  *La négociation de cette double contrainte nécessite une maîtrise cognitive et émotionnelle des différents paramètres de la situation*  » (M.Durand,  *L'enfant et le sport* , PUF, Paris, 1987). Mais comme nous adhérons à l'idée selon laquelle «  *la perturbation, la contradiction constituent l'élément moteur du développement et des apprentissages*  » (Jean Piaget,  *Psychologie* , Paris, Gallimard, collection La pléiade, 1987), nous pensons que cette double contrainte est aussi ce par quoi l'adolescent va se transformer et apprendre. Au-delà de la maîtrise de ses émotions que nous avons déjà évoquée, il va apprendre notamment le respect : le respect des règles et le respect des autres, sans lesquels la compétition n'est plus viable. Au-delà, il va apprendre que si la compétition, c'est la recherche de la performance, ce n'est jamais la recherche de la performance « à tout prix ». Pour autant, cette ambition nécessite aussi des interventions ciblées et volontaristes de l'enseignant : il ne suffit pas que les élèves « baignent » dans une situation compétitive afin que « magiquement » ils apprennent à «  *agir dans le respect de soi, des autres, et de l'environnement par l'appropriation de règles*  » (Programmes du Collège, 2008). C'est pourquoi nous retenons les principes énoncés par J.-A.Méard et S.Bertone qui distinguent trois étapes dans l'intériorisation de la règle : «  *de l'anomie à l'hétéronomie (vers l'obéissance), de l'hétéronomie à l'autorégulation (vers l'intégration), et de l'autorégulation à l'autonomie (vers une capacité à négocier)*  » (L'élève qui ne veut pas apprendre en EPS,  *Revue EPS*  n°259, 1996). Il s'agit d'impliquer les élèves dans la compréhension, la mise en application, et pourquoi pas dans l'adaptation et l'élaboration commune des règles. Dès lors, apprendre dans le domaine des règles compétitives consiste à passer d'un respect imposé de la règle (« c'est comme ça parce que c'est comme ça »), à un respect intégré (la règle acquiert du sens, elle est reconnue et acceptée), puis à un respect négocié (capacité à amender, à inventer une règle). En situation de compétition, l'enseignant expliquera d'abord très clairement les règles. Celles qui sont annoncées devront être scrupuleusement respectées pour garantir équité et justice. Ensuite, l'enseignant n'hésitera pas à dévoluer à l'apprenant des rôles d'arbitre, ou de juge. Enfin, afin de lui conférer davantage de sens, la règle pourra être négociée avec les élèves, afin de l'ajuster à l'évolution du rapport de force compétitif. L'enjeu est de permettre «  *l'exercice de la citoyenneté vécue en acte dans les apprentissages*  » (Compétence 6 du socle commun).

➔ Ainsi J.-A Méard et S.Bertone (ibid.) proposent à des élèves de sixième de construire eux-mêmes progressivement un règlement de sport collectif non institutionnalisé (le football multi-ballons), avec la consigne d'introduire des règles nouvelles à chaque fois que le jeu est remis en cause (problème de sécurité, de comptabilisation des buts, de continuité du jeu, ou de déséquilibre du rapport de force attaque/défense, ...). L'hypothèse des auteurs est qu'autour de la compétition, le travail autour d'un type de règles (ici les règles sportives) peut « contaminer » d'autres types de règles (de civilités, de vie scolaire, institutionnelles, sociétales...). Cette procédure n'est d'ailleurs pas spécifique à l'EPS, puisque le B.O. du 10 octobre 1997 propose que dans le cadre d'une éducation à la citoyenneté, il est possible de faire participer les élèves à l'élaboration du règlement intérieur afin de faire de l'École un «  *lieu d'émergence de la loi et pas uniquement le lieu d'application des règlements*  » (M.Develay,  *Donner du sens à l'école* , ESF, Paris, 1996).

- Mais la compétition peut générer de l'agressivité, des conflits, voire de la violence : Nous avons vu qu'avec les émotions se développent des émotions au ressenti parfois intenses, et que la confrontation est potentiellement un lieu de contagion émotionnelle. Certaines de ces émotions peuvent aller jusqu'à la violence, car la compétition est parfois synonyme de désillusion, de frustration, de déception, de défaite. Perdre n'est pas toujours facile pour des adolescents en pleine construction identitaire (F.Dolto,  *Paroles pour adolescents, le complexe du homard* , 1959), d'autant qu'apprendre à perdre est parfois parasité par les images médiatiques du spectacle sportif, ce dernier légitimant parfois les comportements faits de violence physique ou verbale (J.-M.Brohm, M.Perelman,  *Le football, un peste émotionnelle* , Gallimard, Paris, 2006).

➔ Exemple : Dans l'activité handball avec une classe de troisième, un garçon tape violemment dans le ballon en insultant l'arbitre lors d'un coup de sifflet à son désavantage en situation de jeu.

L'enseignant décide alors immédiatement de placer temporairement cet élève à l'écart car il ne parvient plus à maîtriser ses émotions. Par ailleurs, à la fin de la séance, l'enseignant discute sans démagogie avec cet élève en l'invitant à réfléchir à son comportement (J. Brunelle, Enseigner l'éducation physique au secondaire, De Boeck Université, Paris, Bruxelles, 1998). Enfin, il lui indique qu'à la prochaine leçon, il tiendra le rôle d'arbitre sur au moins une séquence de jeu. Ces procédures sont d'autant mieux acceptées et comprises qu'elles sont annoncées à l'avance, et qu'elles s'adressent équitablement à tous. Ce que l'enseignant doit absolument éviter lorsque les élèves vivent une situation compétitive, c'est de « réagir à l'agression du jeune par une contre-agression », car « la spirale s'enclenche » (Boris Cyrulnik, EPS interrogée, in Revue EPS n°309, 2004).

### Réponse à la problématique

Ambivalente et complexe, la compétition a mille visages. A la fois pourvoyeuse de fair-play, d'émulation et de fraternité entre les hommes, elle peut susciter les pires dérives, entre détestation de soi, tricheries en tous genres, et haine de l'autre. C'est pourquoi faire une analyse simpliste de la compétition consisterait à se positionner aux extrémités de ces deux balises : sacralisation d'un côté, mise au pilori de l'autre. En éducation physique et sportive, la compétition n'est ni vertueuse ni destructrice en soi. Tout dépend de la façon de l'utiliser et de l'aménager car révéler ses vertus d'excellence, de motivation, de connaissance de soi et de respect des autres suppose de respecter certaines conditions d'enseignement. C'est pourquoi nous militons pour un usage éducatif de la compétition en EPS, usage éducatif qui ne peut faire l'économie d'un traitement des procédures compétitives pour viser des valeurs sans glorifier la loi du plus fort. Il s'agit notamment de mettre en avant le jeu plus que le classement, d'organiser des compétitions équilibrées, de valoriser les confrontations « à thèmes », c'est-à-dire cohérentes avec les compétences à construire, de faire de la compétition un prétexte à la mise en projet ou à la maîtrise de soi, d'impliquer les élèves dans le respect et l'élaboration des règles, de ne pas « sur-récompenser » le résultat compétitif, de relativiser les classements au profit de la maîtrise de l'exécution, de réfuter l'association compétition / sélection, de permettre aux élèves les plus faibles de choisir parfois leur adversaire, ou encore d'inventer des procédures contraignantes permettant la participation de tous en cas d'opposition entre deux équipes. Ainsi conçus, ces aménagements resteront compatibles avec la volonté de valoriser un climat motivationnel de maîtrise centré sur l'envie d'apprendre et de progresser.

Ainsi que le souligne le généticien Albert Jacquard, « dans la lutte entre deux hommes ou entre deux groupes d'hommes, deux issues sont possibles : ou bien ils sont tous les deux gagnants, s'ils ont su surmonter leur antagonisme, s'écouter, se regarder, et finalement se sourire ; ou bien ils sont tous les deux perdants, s'ils ont cherché à se détruire l'un l'autre, à s'ignorer, à se haïr » (Abécédaire de l'ambiguïté, Seuil, Paris, 1989). C'est donc aux interventions de l'enseignant de régler le curseur du côté des avantages de la compétition pour faire comprendre aux élèves qu'entrer en compétition, ce n'est jamais « à tout prix ».

Mais la compétition n'est pas non plus le seul modèle de relations interindividuelles à proclamer en éducation physique : il ne nous semble pas judicieux de placer constamment les élèves en compétition. Les APSA offrent en effet de multiples possibilités pour créer et entretenir des relations sociales entre les élèves, possibilités qui ne reposent pas toutes sur la recherche de la meilleure performance ou sur la désignation du plus fort.

### Citations sur le thème de la compétition

« Par mille canaux, notre société nous amène à croire que le moteur de la vie est la compétition. On ne parle que de gagnants; il nous faut, paraît-il, préparer les enfants à entrer dans cette catégorie, faute de quoi ils seront des perdants, des minables. Cette vision effrayante du sort humain a envahi le domaine de l'activité physique; on ne parle plus que de sport de compétition, oubliant que l'origine de ce mot est le vieux français «desport» qui signifiait amusement ».

« Oui, il s'agit de m'amuser, de profiter de la conscience que j'ai du fonctionnement de mon corps, pour en jubiler, pour obtenir de lui plus qu'il ne voulait donner. Entrer en compétition, oui, mais avec le seul compétiteur digne de moi: moi. Pourquoi vouloir sauter plus haut que X ou courir plus vite que Y ? Il est plus important de sauter aujourd'hui plus haut que moi hier, de courir plus vite que moi. Pour y parvenir, j'ai sans doute besoin de l'exemple des autres; pour descendre de 20 à 19 secondes, aux 100 mètres, j'ai besoin de l'exemple de ceux qui sont descendus à moins de 10 secondes ; c'est là leur seule utilité ».

« Chaque affrontement peut être bénéfique à condition qu'il soit vécu comme une occasion d'enrichissement, non comme une possibilité de victoire. Dans la lutte entre deux hommes ou entre deux groupes d'hommes, deux issues sont possibles : ou bien ils sont tous les deux gagnants, s'ils ont su surmonter leur antagonisme, s'écouter, se regarder, et finalement se sourire ; ou bien ils sont tous les deux perdants, s'ils ont cherché à se détruire l'un l'autre, à s'ignorer, à se haïr ».

Albert Jacquard, Abécédaire de l'ambiguïté, Seuil, Paris, 1989.

« Tout dans l'éducation est actuellement perverti par cette idée que la compétition est un moteur. C'est absurde et comment ne pas épingler les inepties de notre enseignement. La tâche de l'école aujourd'hui est de préparer des hommes pour la société de demain. C'est scandaleux ! Il faut au contraire s'inspirer de cette phrase quasi-révolutionnaire de Gaston Bachelard : "... mettre la société au service de l'école et pas l'école au service de la société ! ».



« Face à une perversion passant par la prédominance de l'argent, de la compétition, de la tricherie, j'aimerais que l'on adopte un mode de pensée différent qui serait : "A quoi bon sert-il d'être meilleur qu'un autre, c'est déjà tellement difficile d'être meilleur que moi-même" ».  
Sport et Vie interroge Albert Jacquard, in Sport et Vie n°7, 1991.

« Tout adolescent peut connaître le succès s'il est capable de se mesurer à son propre record et s'il est encouragé à ne pas sans cesse comparer son niveau à celui des autres ».  
B.Knapp, Sport et motricité. Vigot, Paris, 1971.

« Il est important d'identifier le type de motivation chez les élèves, car la motivation intrinsèque est « tuée » par la contrainte, c'est à dire par les renforcements (notes, argent), par l'évaluation, par la compétition (dans le sens de la comparaison sociale). Tout ce qui favorise l'autodétermination, l'estime de soi, est donc à conseiller ».  
A.Lieury, F.Fenouillet, Motivation et réussite scolaire. Dunod, Paris, 1997.

« Il y a une bonne et une mauvaise formule de compétition. (...) Il faut dépasser l'association classique compétition - sélection ».  
Jacques Thibault, Sport et éducation physique 1870-1970, Vrin, Paris, 1972.

« Le passionnant du jeu, de la compétition réglée, c'est que systématiquement je peux être dépossédé de l'objet convoité, et qu'il faudra que je le reconquière ».

« La plus ravageuse des compétitions est la compétition sociale à l'œuvre dans l'école. Celle qui entraîne des concurrence entre élèves à propos de leurs acquisitions et de leur réussite ».

« Les professeurs d'EPS ont pour mission d'intervenir, de réguler ces formes spontanées de jeu, d'entrer dans ces pratiques, de les ritualiser en écartant la violence et l'exclusion, en permettant et autorisant un défoulement nécessaire de l'agressivité, en lui donnant une forme civilisée, humainement acceptable ».  
Revue Contre Pieds n°23, La compétition et l'EPS, 2009.