



Le corps en EPS

Raphael LECA et Carine Erard

UFR STAPS Dijon, L3 Éducation et Motricité

Le corps en EPS...

L'EPS c'est la discipline qui, par définition, fait « apprendre par corps »

S. Faure (2011) « **Apprendre par corps, devenir des individus** », In Huet-Gal-Petitfaux, (eds) *L'expérience corporelle*, Paris, Revue EPS, p45-59)

- Le corps est au cœur de l'enseignement de l'EPS, **moyen et enjeu d'apprentissage (une éducation du corps et par le corps)**.
- L'ensemble du parcours de formation des élèves consiste ainsi à accompagner l'élève à **une période clé de construction, notamment d'un nouveau rapport à soi (et son corps)**.

MICHEL HENRY

*Philosophie et
phénoménologie du corps*

Essai sur l'ontologie biranienne



ÉPIMÉTHÉE

puf

« À l'affirmation "j'ai un corps" il convient donc d'opposer cette affirmation plus origininaire : "je suis mon corps" ».

Michel Henry, *Philosophie et phénoménologie du corps*, PUF, Paris, 2011.

Des questions...

**I
M
P
O
R
T
A
N
T**

- Quelles sont les conséquences de l'image du corps (valence + ou -) sur les apprentissages en EPS ? En quoi cette image impacte-t-elle l'engagement et la réussite des élèves ?
- Pourquoi l'adolescence est-elle une période « sensible » pour la construction narcissique ? Comment évolue l'image du corps à l'adolescence ? Par quels facteurs est-elle influencée ? A quels risques liés au rapport au corps l'adolescent est-il confronté ?
- Les filles et les garçons vivent-ils le même rapport à leur corps ? Quelles sont les différences liées à l'image du corps entre les filles et les garçons ? En quoi le dimorphisme sexuel et les images différenciés du masculin et du féminin s'accroissent à l'adolescence ? Comment enseigner pour lutter contre les stéréotypes sexistes liés au genre ?
- Comment faire de l'EPS un instrument de valorisation et de réconciliation narcissique ? Comment faire accepter leur corps aux élèves afin qu'ils s'engagent pleinement et sans honte en EPS ? Comment gérer les problèmes liées à l'image du corps en danse, en lutte, en natation ?
- Que faire avec les élèves qui ont une très mauvaise image du corps ? Comment intervenir avec les élèves en surpoids ou ceux porteurs d'un handicap ?
- Comment « éduquer » le corps pour en faire moins un objet que le support de notre « être au monde » ?

... qui débouchent sur une hypothèse de réflexion

**I
M
P
O
R
T
A
N
T**

Nous montrerons que le rapport au corps est une construction qui se nourrit des interactions avec l'environnement depuis la petite enfance, mais dont la tonalité peut évoluer sensiblement à la période de l'adolescence. Nous expliquerons qu'au collège et au lycée, les expériences corporelles vécues en EPS par les élèves ne sont pas neutres vis-à-vis de l'image du corps, et qu'elles participent à construire un certain type de rapport au corps, un rapport épanouissant qui participe au développement de la personne, ou au contraire un rapport anxiogène qui renforce la honte de soi et favorise la résignation dans la pratique des APSA.

... qui débouchent sur une hypothèse de réflexion

**I
M
P
O
R
T
A
N
T**

C'est pourquoi nous dégagerons quelques conditions d'enseignement pour « faire vivre » en EPS un corps qui réussit mais qui a aussi le droit à l'erreur, un corps qui se montre et qui interagit mais sans constamment se comparer aux autres, un corps sensible et artistique et pas seulement un corps productif et compétitif, et un corps libéré des stéréotypes de genre et des normes et standards liés à la beauté.

Nous soulignerons que ce que vise l'EPS au final est un corps éduqué, pour une présence corporelle au monde libéré des angoisses et des stéréotypes genrés, et pour une pratique épanouissante des APSA « ici et maintenant », mais aussi « ailleurs et plus tard » (J.Roche, 2005).

Des concepts proches

A
R
E
T
E
N
I
R

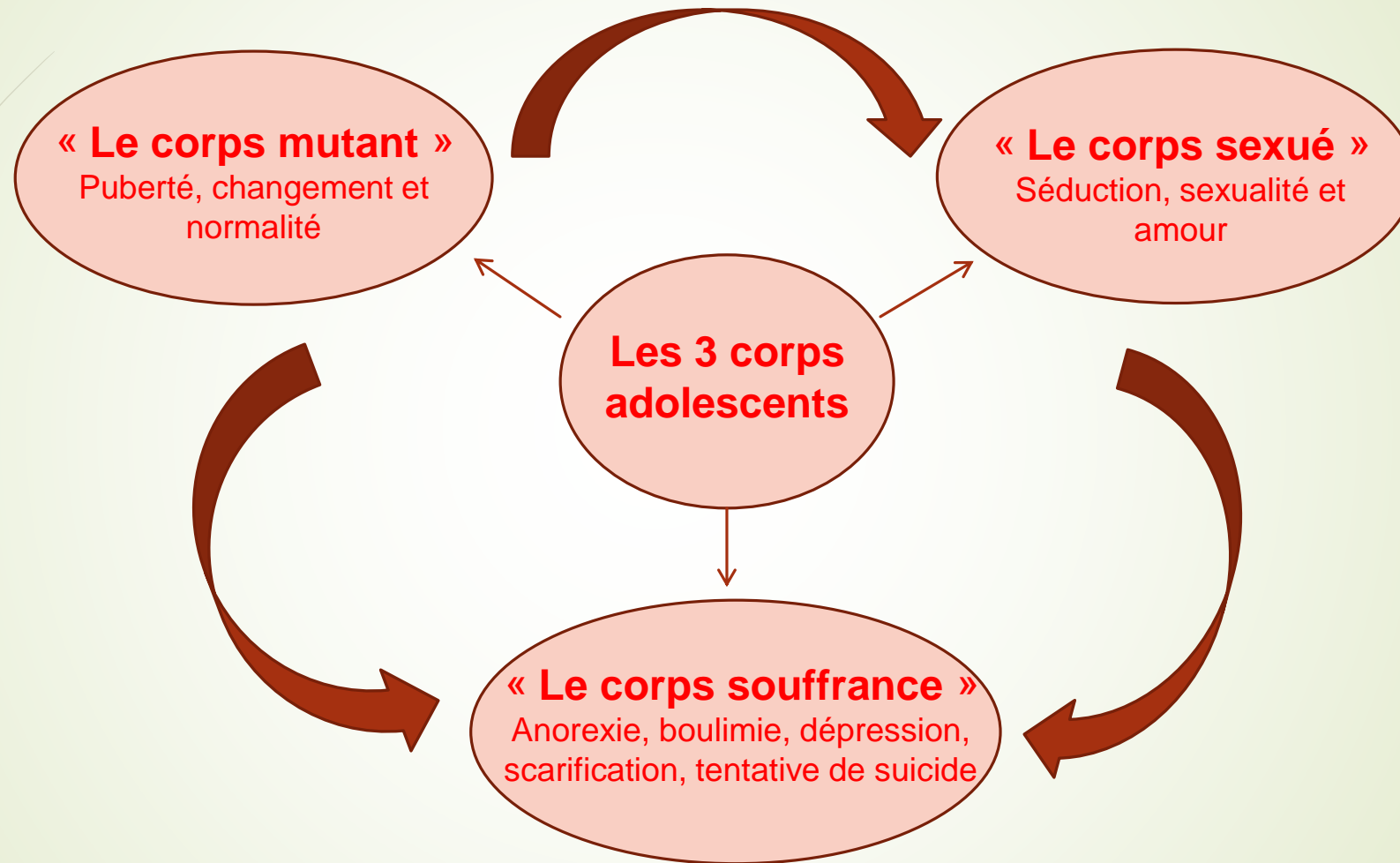
- L'image du corps est la manière dont on ressent et pense son corps.
- C'est une image subjective qui est souvent alimentée par des pensées erronées et des croyances à propos de son corps.
- L'image du corps est une construction qui dépend des expériences vécues, et notamment du ressenti associé à ces expériences selon la valeur attribuée à diverses dimensions ou aspects de son corps (évaluation de soi).
- Lorsqu'elle est perçue comme non satisfaisante, l'image du corps produit une détresse affective pouvant aller jusqu'à l'anxiété ou la dépression.
- La tonalité (satisfaction / non satisfaction) liée à l'évaluation de l'image du corps débouche sur la production de comportements pour (re)construire une image plus positive (comportements alimentaires, modalités de pratique des APSA...) ou pour protéger cette image du regard d'autrui (tenue vestimentaire, fuite comportementale...).

Des concepts proches

A R E T E N I R

- Le mot « sexe » se réfère à des caractéristiques biologiques alors que le genre est une construction sociale (qui se construit) de normes et de valeurs attachées au masculin et au féminin.
- Le rapport au corps est un concept à connotation plutôt sociologique qui renvoie à la relation que l'individu entretient avec son corps.
- Le rapport au corps des élèves est socialement construit, appris et il diffère selon les milieux sociaux (Boltanski, 1971) et le sexe (Court, 2010) ; le milieu social et l'appartenance de sexe influent sur le statut et les usages du corps.

L'image du corps à l'adolescence

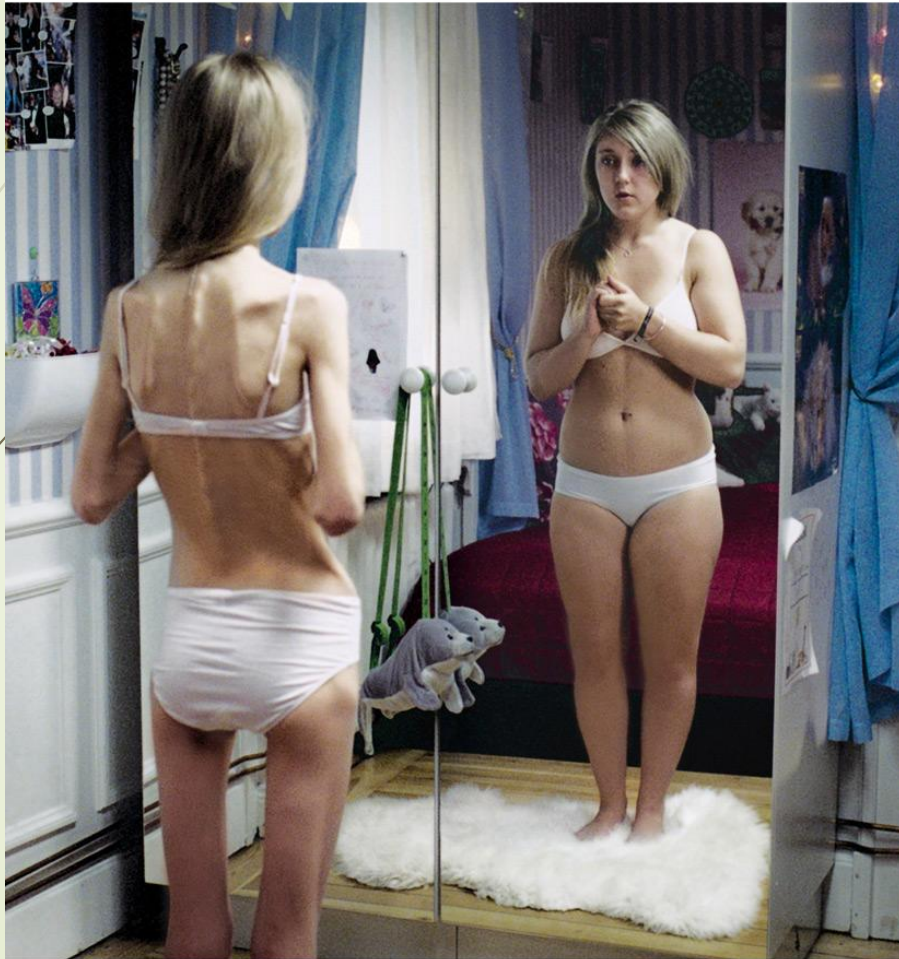


Source : Les trois corps adolescents et les points de connexion
(C.Gouttas, J.-F.Granier, A.Mathé, *Les trois corps adolescents*, 2012)

L'image du corps à l'adolescence

- Avec la puberté la rapidité des transformations somatiques (**le corps mutant**) provoque une modification de l'image corporelle avec parfois des dismorphophobies et des points de fixation sur une partie du corps (accentués par la pression sociale).
- Cette dévalorisation de l'image physique de soi peut diffuser à l'ensemble de l'estime de soi (A.Birraux, 1994) car l'image du corps se confond souvent chez les ados avec l'image de la personnalité toute entière (**le corps souffrance**).
- La puberté renforce aussi le dimorphisme sexuel, avec notamment le développement des caractères sexuels secondaires. Le développement hormonal stimule le désir et la séduction, et ouvre la possibilité (et l'envie) de relations sexuelles entre les filles et les garçons (**le corps sexué**).

L'image du corps à l'adolescence



Visuel d'une campagne de publicité intitulé *Mirror* pour l'association Anorexia Bulimia Kontakt8



Julia Fullerton-Batten, *Changing room*, Library Girl, New-York, 2007

Le rapport / l'image du corps à l'adolescence

A
R
E
T
E
N
I
R

- A l'adolescence les transformations somatiques (corps mutant) provoquent souvent une modification de l'image du corps qui peut être vécue douloureusement (corps souffrance) car l'apparence physique est l'évaluation de soi la plus fortement liée à l'estime de soi. La maturité sexuelle affecte aussi la tonalité des relations entre les filles et les garçons (corps sexué).
- A l'adolescence, alors que les différences liées au genre se renforcent, l'insatisfaction corporelle touche un grand nombre de filles et à un moindre degré de garçons (les filles ont fréquemment le sentiment de se trouver « trop grosses »).
- Les facteurs socioculturels impactent l'image du corps et le rapport au corps en indiquant des standards valorisés et d'autres dévalorisés (les idéaux féminins et masculins). Ces standards sont différenciés selon les filles et les garçons : valorisation de la minceur chez les filles, et du développement musculaire chez les garçons.

Le rapport / l'image du corps à l'adolescence

A

R

E

T

E

N

I

R

- Plus que les garçons, les filles sont l'objet de moqueries dont l'objet est leur corps. Les élèves en surpoids en sont aussi particulièrement victimes.
- Un contexte de présentation publique de son corps associé à une condition vestimentaire peu dissimulante (comme souvent en EPS, surtout à la piscine) accroissent le sentiment d'inconfort.
- L'insatisfaction corporelle induit des stratégies de modification corporelle qui débouchent sur des comportements spécifiques : les comportements alimentaires (surtout chez les filles) et la pratique physique.
- Concernant la pratique physique, Les garçons s'orientent plus fréquemment que les filles vers l'usage de l'exercice pour modifier leur corps : ils sont davantage centrés sur le développement musculaire, et plus particulièrement sur la zone abdominale la poitrine et les bras. Les filles sont plus centrées sur les modifications de poids, et du bas du corps.

Le rapport / l'image du corps à l'adolescence

A R E T E N I R

- Les rapports/images du corps ne sont pas strictement identiques pour chaque catégorie de sexe (filles vs garçon) : ils varient en fonction des appartenances sociales mais aussi de leur socialisation (sexuée), avec des effets du contexte et du « régime de genre ».
- Il existe donc **une grande variété des rapports au corps, au sport et à l'EPS parmi les filles et les garçons.** L'opposition « filles » vs « garçons » est réductrice.

Le corps à l'Ecole

A R E T E N I R

- L'Ecole a souvent été décrite comme favorisant davantage un corps dressé ou redressé qu'un corps épanoui et éduqué.
- Au sein de l'ensemble des disciplines d'enseignement, l'EPS occupe une place originale où le corps, la motricité, l'action et l'engagement de soi sont au cœur des apprentissages.
 - l'EPS est une discipline entièrement à part.
- Cela ne réduit pas l'EPS à une simple récréation : l'éducation physique est la discipline qui, autour d'apprentissages significatifs (= des compétences), vise l'épanouissement corporel et l'éducation du corps pour les mettre au service d'une finalité.
 - l'EPS est une discipline à part entière.
- Cet épanouissement suppose une émancipation du corps des diktats de l'apparence et des stéréotypes de genre qui pèsent sur lui.

Les motifs de pratique physique

Source :
C.Jousselme,
M.Cosquier,
C.Hassler, *Portraits
d'adolescents*,
Enquête
épidémiologique
multicentrique en
milieu scolaire en
2013, INSERM, Paris,
2015.

Motivations déclarées pour « faire du sport »	% Filles	% Garçons
Se faire plaisir	87,1	95,2
Etre en bonne santé	87	90,7
Se sentir mieux dans son corps	86,1	81,5
Etre en groupe	65,9	78,3
Repousser ses limites	57,1	73,8
Vous aidez quand vous n'avez pas le moral	67,6	62
Avoir des sensations fortes	46,2	68,2
Etre performant(e) en compétition	40,1	66,3
Etre belle / beau	44,9	41,4
Prendre des risques	31,3	48,7
Vous soigner	27,5	32,3
Aller dans le rouge et ne plus penser	23,5	34,3
Vous faire mal quand vous n'avez pas le moral	14,9	18,3
Faire comme les autres	5,8	11,2

Les motifs de pratique physique

A

R

E

T

E

N

I

R

- Filles et garçons déclarent « faire du sport » prioritairement pour se faire plaisir, être en bonne santé, et se sentir mieux dans son corps.
- Mais **les garçons plus que les filles cherchent aussi à repousser leurs limites**, avoir des sensations fortes, être performants en compétition, et prendre des risques.
- Près de **la moitié des filles déclarent une motivation pour « être belle »**.
- Les **raisons esthétiques de pratiquer une activité physique se rencontrent surtout chez les garçons et les filles qui ont une faible estime de soi**.
- Un contexte motivationnel de performance (vs maîtrise) favorise surtout les garçons par rapport aux filles.

Les modèles du corps en EPS

- Selon le type de relation avec l'environnement physique, selon le type de relations avec l'enseignant et avec les pairs, selon la nature des émotions et des sensations ressenties, selon la nature de ce qui est observé et de ce qui est évalué, et surtout selon la signification et l'usage qui est fait de l'activité corporelle, un certain « modèle du corps » est privilégié en EPS :
 - **Un corps performant et compétitif**
 - **Un corps hédonique**
 - **Un corps sensible et expressif**
 - **Un corps maîtrisé**
 - **Un corps géré et entretenu**
 - **Un corps socialisé et coopératif.**

Les modèles du corps en EPS	Quel est l'usage du corps ? Quelle est sa signification ?
Le corps performant et compétitif	Le corps sert à produire un résultat mesurable : plus vite, plus haut, plus fort, plus précis, plus longtemps...
Le corps hédonique et ludique	Le corps permet de prendre un plaisir immédiat dans la pratique physique et sportive. Le jeu génère des émotions et sensations agréables.
Le corps sensible et expressif	Le corps est le vecteur d'une représentation sensible (poétique, esthétique) du monde. Le corps « parle » pour transmettre un message symbolique, produire un effet esthétique, toucher la sensibilité, provoquer une émotion.
Le corps maîtrisé et piloté	Le corps permet d'atteindre des buts précis grâce à la technique. Il est contrôlé, coordonné, dissocié, équilibré, ajusté finement aux contraintes du milieu physique. C'est un corps adroit et agile.
Le corps géré et entretenu	Le corps est « en forme physique », il est préservé, il est entretenu, il est entraîné. Le corps est éduqué à la gestion de l'effort, de la sécurité, et à la préservation de la santé.
Le corps socialisé et coopératif	Le corps permet d'interagir avec autrui sans violence, en contrôlant ses pulsions et ses tendances égocentriques. Le corps communique pour coopérer ou participer à un projet commun.

Les modèles du corps en EPS

A
R
E
T
E
N
I
R

- Les modèles du corps véhiculés en et par l'EPS ne sont pas univoques : **il n'y a pas une seule façon de vivre son corps.**
- Aller vers un corps éduqué suppose que le corps performant et compétitif et le corps maîtrisé et piloté ne sont pas les seuls usages du corps en éducation physique.
- L'EPS doit aussi créer les conditions du plaisir et du jeu dans la pratique corporelle (corps hédonique et ludique).
- Elle doit valoriser un corps sensible et expressif car « *Il existe une culture physique artistique et elle doit également être transmise. Nous y trouvons des enjeux et des spécificités que l'EPS ne peut ignorer (...) Il s'agit de favoriser l'émergence d'un habitus artistique* » (T.Tribalat, 2005).

Les modèles du corps en EPS

A R E T E N I R

- L'EPS contribue aussi à apprendre aux élèves à gérer, préserver et entretenir leur propre corps, notamment dans une perspective d'éducation à la santé et à la sécurité (corps géré et entretenu).
- Enfin elle « socialise » le corps en lui permettant d'être le support d'une citoyenneté en actes autour de la coopération, de la communication, de l'entraide, et de la participation à des projets communs via une pratique mixte des APSA. « Faire ensemble » et « réussir ensemble » pour apprendre à « vivre ensemble ».
- Au final, un corps éduqué, c'est un corps efficace, mais aussi un corps qui libère, qui émeut, qui communique, et surtout c'est un corps qui est accepté. Dans nos sociétés où « *tout témoigne que le corps est devenu l'objet de salut* » (J.Baudrillard, 1970), « *construire une image positive de soi* » (Programme de l'EPS, 2015), c'est préserver l'estime de soi, qui est le centre de gravité de la santé mentale (C.André, 2007).
- Mais cette ambition est un principe général d'enseignement qui suppose une temporalité longue : celle du parcours de formation et d'un travail d'équipe, et non celle d'une seule séquence d'enseignement.

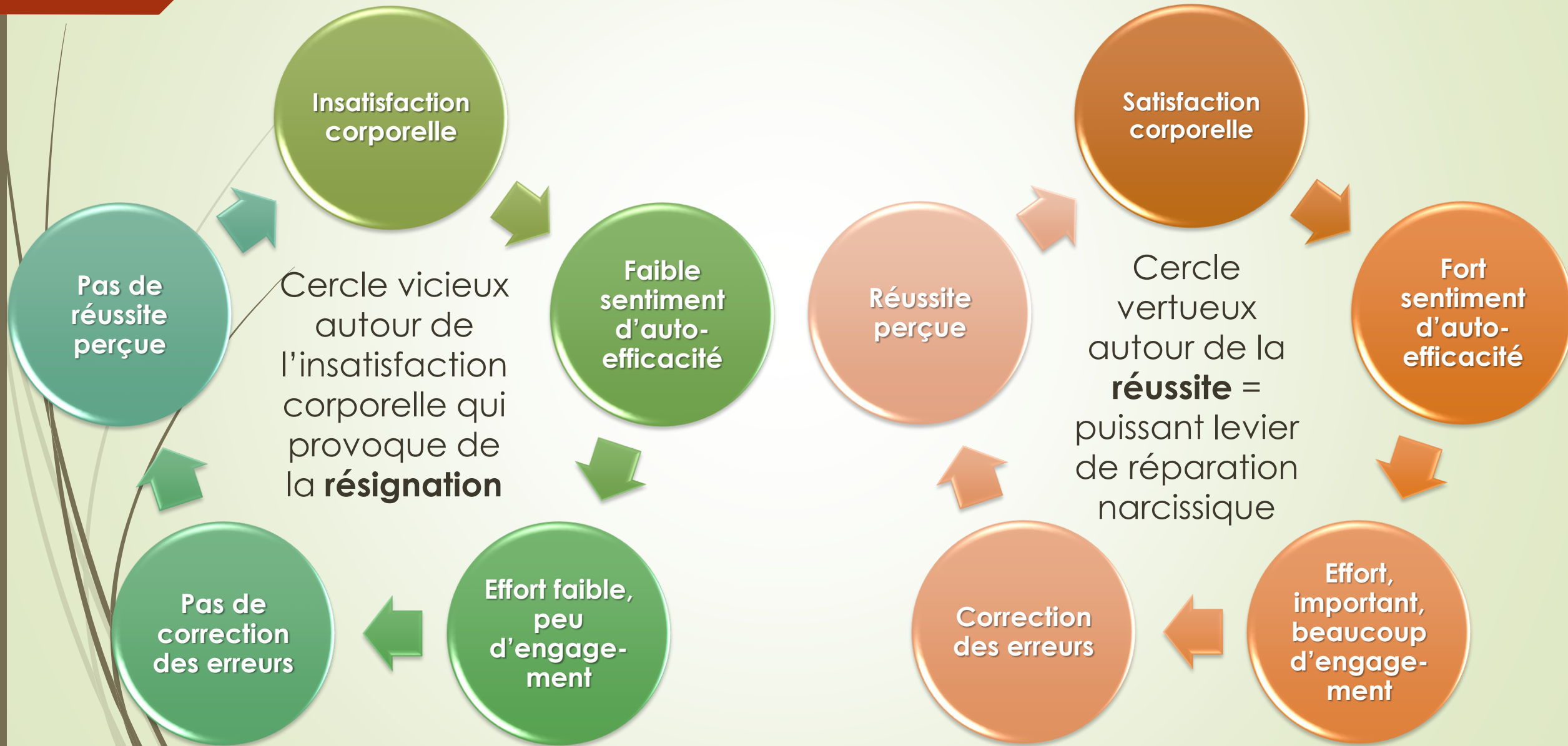
Ce qu'il faut absolument éviter

A
R
E
T
E
N
I
R

- « *Avec mon corps je gagne ou je perds* » (G.Cogérino, 2017).
- Ce qu'il faut absolument **éviter en EPS, c'est le corps honte** qui est un corps souffrance, ainsi que le corps parfait qui est un corps soumis aux normes sociales, et notamment aux standards de beauté.
- Un **corps « épanoui »** (finalité EPS Prog. lycées 2019) est un corps qui a accepté le principe de son imperfection (C.André, 2007), et qui a su pour cela se libérer des normes sociales les plus « prescriptives ».
- La **réussite concrètement éprouvée**, la confiance réciproque et la bienveillance, les renforcements verbaux positifs, la participation à des projets collaboratifs à haute valeur perçue, l'ens. mutuel, le jeu, les émotions, l'aventure sportive, l'autodétermination, un climat motivationnel de maîtrise, une mixité « traitée » pour la mettre au service de l'équité... sont quelques leviers pour **un corps accepté et épanoui, un corps libre, un corps qui réussit, un corps qui sait faire de nouvelles choses, et un corps qui a le droit de se tromper...**

A RETENIR

L'essentiel est de réunir les conditions de la réussite en EPS, une réussite facilement repérable dans des situations qui ont de la valeur aux yeux des adolescents.



Lutter contre les stéréotypes sexistes : faire partager les valeurs de l'autre sexe

- ▶ Quelques principes d'enseignement pour favoriser l'inclusion, l'égalité, et la lutte contre les stéréotypes de genre :
 - ▶ **Faire vivre différents usages du corps en EPS** : le corps performant et compétitif, le corps hédonique et ludique, le corps sensible et expressif, le corps maîtrisé et technique, le corps géré et entretenu, et le corps socialisé et coopératif (voir partie précédente).
 - ▶ **Proposer des modes d'entrée dans les APSA qui répondent à plusieurs motifs d'agir dans ces APSA** : par exemple un traitement didactique de la danse qui valorise à part égale l'esthétique, la maîtrise, et l'acrobatie.
 - ▶ Dans les activités où le « poids » du regard des autres est important, privilégier d'abord la constitution de **groupes mixtes affinitaires** qui sont favorables à un climat positif et à l'engagement corporel de tous : « *les groupes affinitaires offrent des opportunités pour engager les élèves dans des activités qui les exposent, physiquement et affectivement, au regard des autres* » (D.Hauw, 2000). D'autant qu'à l'adolescence, le besoin d'appartenir à un groupe est important et vecteur de socialisation.

Lutter contre les stéréotypes sexistes : faire partager les valeurs de l'autre sexe

- Quelques principes d'enseignement pour favoriser l'inclusion, l'égalité, et la lutte contre les stéréotypes de genre :
 - Proposer des **projets coopératifs mixtes** fondateur d'une « **communauté d'intérêt** » (F.Galichet, 1998) au sein desquels filles et garçons apportent leur contribution. Il s'agit de « *construire et mettre en œuvre des projets d'apprentissage individuels ou collectifs* » (Compétence travaillée, Programme de l'EPS pour le cycle 4, 2015).

Ces projets doivent déboucher sur des réalisations individuelles et collectives ambitieuses pour aller vers une **mixité créatrice**, où filles et garçons s'engagent à égalité.

Lutter contre les stéréotypes sexistes : faire partager les valeurs de l'autre sexe

E
N
S
E
I
G
N
E
R

EXEMPLES

- Quelques principes d'enseignement pour favoriser l'inclusion, l'égalité, et la lutte contre les stéréotypes de genre :
 - dans les activités morphocinétiques, une mise en projet collaborative au sein de groupes restreints mixtes (par ex. autour d'une chorégraphie autour d'un inducteur) favorise la co-construction de compétences, et elle permet une ouverture aux valeurs de l'autre en faisant partager des motifs d'agir différents. Les élèves apprennent ainsi à « agir avec et pour les autres, en prenant en compte les différences » (Compétence travaillée, Programme de l'EPS pour le cycle 4, 2015).
 - dans les sports collectifs des sous-groupes stables et mixtes, sur le modèle de l'équipe sportive, favorisent l'émergence d'une véritable dynamique de groupe, fondée sur la cohésion, la solidarité, la communauté d'intérêts (J.-P.Rey, 2000). Ces processus ne peuvent apparaître que si l'on laisse au groupe suffisamment de temps et de stabilité (J.-F.Gréhaigne, 1997).
 - dans les activités « individuelles » des mises en projet collectives sont aussi possibles avec un mode d'entrée spécifique : en CO des binômes mixtes doivent réaliser un parcours en 4 balises mais chaque binôme dispose d'une carte incomplète avec seulement 2 balises : chaque binôme doit mettre en commun ses données pour trouver l'itinéraire permettant la réalisation du parcours le plus rapide (1 seul carton de contrôle en commun).

Lutter contre les stéréotypes sexistes : faire partager les valeurs de l'autre sexe

E
N
S
E
I
G
N
E
R

EXEMPLES

- ▶ Quelques principes d'enseignement pour favoriser l'inclusion, l'égalité, et la lutte contre les stéréotypes de genre :
 - ▶ Le principe de **l'enseignement mutuel** (tutorat, dyades dissymétriques, co-repérage...) favorise des interactions de collaboration, d'aide ou de tutelle entre les filles et les garçons. Les différences ne sont pas « contournées », elles sont ici au contraire exploitées au service de l'inclusion. A condition que les tuteurs ne soient pas toujours les garçons et les tutorés toujours les filles. Filles et garçons apprennent alors à travailler ensemble, en vivant « de l'intérieur » les principes de l'égalité.
 - En gymnastique sportive sur un travail par ateliers, l'enseignant constitue des groupes mixtes de 4 élèves dont 1 élève « expert » qui possède un niveau de maîtrise supérieur. Sur chaque atelier, il aide, il démontre, il conseille, il corrige...
 - En escalade, des groupes mixtes « dissymétriques » de 3 élèves sont constitués : les élèves ont un niveau proche, mais l'un d'eux à un niveau légèrement supérieur. Dans le cadre d'un apprentissage vicariant (Bandura, 1976), l'assureur et le contre-assureur observent les réalisations du grimpeur plus compétent et s'en inspirent. En situation de grimpe, ils profitent aussi des conseils et indications en temps réel du camarade (fille ou garçon) plus habile.

Lutter contre les stéréotypes sexistes : faire partager les valeurs de l'autre sexe

E
N
S
E
I
G
N
E
R

EXEMPLES

- Quelques principes d'enseignement pour favoriser l'inclusion, l'égalité, et la lutte contre les stéréotypes de genre :
 - **L'évaluation évalue des compétences en lien avec ce qui a été appris.** Elle doit être « **équilibrée** » vis-à-vis des qualités supposées des filles et des garçons et elle doit permettre de réussir par des voies différentes (pas une seule « solution » pour obtenir une bonne note) :
 - Par exemple en gymnastique concevoir des procédures équitables vis-à-vis de la prise en compte de la force, de la souplesse, de l'acrobatie, de l'esthétique.
 - Mieux encore, il est possible de proposer des « dominantes » d'évaluation à choisir par les élèves eux-mêmes : par exemple dans une activité de production de formes, choisir une modalité surtout centrée sur la dimension esthétique ou une modalité surtout centrée sur la dimension acrobatique. Les deux dimensions restant toujours prises en compte, mais selon deux « degrés » différents.
 - Les activités de la CP5 aux lycées permettent aux élèves de choisir un mobile personnel (course en durée, natation en durée, musculation) ou partagé (STEP) à partir desquels ils construiront un projet d'entraînement personnalisé. La possibilité de choisir un mobile permet de répondre aux sensibilités de la diversité des élèves. L'évaluation ne porte pas sur le mobile lui-même, mais sur la cohérence choix d'entraînement / mobile.

Lutter contre les stéréotypes sexistes : faire partager les valeurs de l'autre sexe

- ▶ Quelques principes d'enseignement pour favoriser l'inclusion, l'égalité, et la lutte contre les stéréotypes de genre :
 - ▶ **La performance peut être partagée par un binôme mixte :**
 - Exemple du **score partagé** en badminton avec des binômes hétérogènes pour installer les conditions d'une **interdépendance positive** : les rencontres sont jouées en simple (en 21 pts). Un élève joue pendant que l'autre observe et coach. Tous les 5 points perdus pour une même équipe les rôles de joueur et de coach s'échangent. Ce type d'interactions sociales favorise les relations collaboratives d'aide et de conseil. Comme le score est partagé, les deux joueurs ont un intérêt commun.

Lutter contre les stéréotypes sexistes : faire partager les valeurs de l'autre sexe

- ▶ Quelques principes d'enseignement pour favoriser l'inclusion, l'égalité, et la lutte contre les stéréotypes de genre :
 - ▶ **Confier des responsabilités** aux élèves est un puissant levier d'inclusion : *« Au sein de la classe et dans un contexte propice, la prise de responsabilité permet à l'élève de faire des choix et à les assumer, tout en comprenant et en respectant l'intérêt de règles communes pour tous »* (Programme d'EPS du lycée d'enseignement général et technologique, 2019).
 - ▶ Les responsabilités qui ont le plus de « valeur », sont celles qui confèrent un « pouvoir » : coach, entraîneur, juge, chorégraphe, « chef » de l'échauffement, « contrôleur » de sécurité, « expert » ou tuteur, etc.
 - ▶ Mais attention : à condition d'« équilibrer » ces responsabilités entre les garçons et les filles, en évitant de reproduire les stéréotypes de genre (éviter notamment les clichés sexistes en réservant les responsabilités qui confèrent le plus de pouvoir aux seuls garçons).

Lutter contre les stéréotypes sexistes : faire partager les valeurs de l'autre sexe

► Un exemple concret en EPS :

- La « mixité réfléchie » (Patinet, 2017) peut être « une valeur de découverte de l'autre sexe et d'apprentissage de multiples registres de relation » (Mosconi, 1989). Prescrire un but collectif à un groupe réunissant des filles et des garçons est une manière de « traiter » la mixité, en favorisant les interactions sociales collaboratives. En effet, l'adoption de buts collectifs agit positivement sur la performance individuelle et collective, ainsi que sur les émotions ressenties, lesquelles favorisent l'engagement (Campo, les émotions en sport et en EPS, 2016) en plus de lutter contre les stéréotypes de genre.

Prenons l'exemple de la classe de 4ème du collège dans l'activité cirque, dont nous retiendrons les attendus de fin de cycle suivants : « mobiliser les capacités expressives du corps pour imaginer, composer et interpréter une séquence artistique et/ ou acrobatique et « participer activement dans un groupe à l'élaboration d'un projet artistique » (Programme d'EPS du Cycle 4, 2015). Dans ces APSA du champ d'apprentissage n°3 nous constatons que les filles ont « tendance à construire le féminin » (engagement en sécurité, axé sur l'esthétisme et la chorégraphie), et que les garçons ont « tendance à construire le masculin » (prise de risque vers l'exploit acrobatique). Nous formons alors des quatuors mixtes (deux filles et deux garçons) auxquels nous proposerons un scénario de base avec des contraintes et des verbes d'action imposés. Chaque quatuor doit enrichir ce scénario pour le présenter au reste de la classe en fin de séance. Quatre rôles sont définis : un équilibriste, un pareur, un chorégraphe, un spectateur. Le scénario est présenté quatre fois (à chaque fois d'une façon différente grâce à un inducteur donné par l'enseignant ou les camarades) de façon à ce que tous les membres du groupe passent par tous les rôles. Cela permet de ne pas assigner les élèves à un rôle valorisé pour certains (l'équilibriste notamment) et moins gratifiant pour d'autres (spectateur notamment). De plus, les élèves jouent et assument différents rôles sociaux : les filles apportent leur contribution à la chorégraphie tout en travaillant l'exploit, et les garçons apportent leur aide sur les parades tout en travaillant leur capacité à composer et à mémoriser. De proche en proche l'enseignant espère que les contributions seront moins spécialisées et même libérées des stéréotypes sociaux : filles et garçons investissant les valeurs attribuées « traditionnellement » à l'autre sexe. La mixité réfléchie à travers ce simple scénario transforme l'APSA cirque en « *une forme de pratique scolaire émancipatrice par rapport au genre* » (Patinet 2017). Les apprentissages moteurs (équilibre, élargissement du répertoire gestuel) et méthodologiques (observer, mémoriser, composer) sont facilités par l'apprentissage social : les élèves coopèrent, s'acceptent et apprennent à se connaître, dans le respect des différences et indépendamment du genre. Ainsi l'enseignant utilise ici les différences de genre entre ses élèves pour « transcender » l'hétérogénéité présente au sein de la classe et ainsi favoriser les interactions sociales pour participer à la construction d'un citoyen socialement éduqué, c'est-à-dire un citoyen en partie libéré des stéréotypes qui pèsent sur lui. Néanmoins, nous savons qu'à l'adolescence les relations entre filles et garçons sont souvent sources de gêne et de blocages d'origine affective. C'est pourquoi l'enseignant forme en début de séquence des quatuors plutôt affinitaires afin de « débloquer » les interactions. Pour ensuite imposer d'autres formes de regroupement, car « *les groupes systématiquement par affinités permettent probablement d'obtenir une paix sociale de surface, mais questionnent absolument pas les apprentissages sociaux* » (Patinet, 2017).

Lutter contre les stéréotypes sexistes : faire partager les valeurs de l'autre sexe

A R E T E N I R

- L'égalité entre les hommes et les femmes, la tolérance réciproque, le vivre ensemble, le refus des discriminations, la lutte contre les stéréotypes sont au centre des textes officiels de l'éducation nationale.
- Un enseignement inclusif favorable à l'égalité entre les filles et les garçons et qui lutte contre les stéréotypes de genre est inspiré par les principes suivants :
 - Faire vivre différents usages du corps en EPS, et pas seulement le corps performant et compétitif.
 - Proposer des modes d'entrée dans les APSA qui répondent à plusieurs motifs d'agir dans ces APSA.
 - Confier des responsabilités aux élèves en veillant à équilibrer leur « valeur » entre les filles et les garçons.

Lutter contre les stéréotypes sexistes : faire partager les valeurs de l'autre sexe

A
R
E
T
E
N
I
R

- Un enseignement inclusif favorable à l'égalité entre les filles et les garçons et qui lutte contre les stéréotypes de genre est inspiré par les principes suivants :
 - Utiliser les ressources du groupe :
 - Créer les conditions d'un climat favorable à l'engagement corporel en valorisant dans un premier temps les groupes mixtes affinitaires.
 - **Faire vivre aux filles et aux garçons des projets coopératifs mixtes au sein desquels filles et garçons apportent leur contribution originale.**
 - Installer des interactions de collaboration, d'aide, ou de tutelle entre les filles et les garçons (principe de l'enseignement mutuel), sans réserver le rôle de tuteur à l'un des deux sexes.
 - Concevoir des dispositifs d'évaluation sommative centrés sur les compétences (ce qui a été enseigné et appris), et équilibrés vis-à-vis des qualités supposées des filles et des garçons.

Lutter contre les stéréotypes sexistes : faire partager les valeurs de l'autre sexe

A R E T E N I R

- Lutter contre les stéréotypes sexistes, ce n'est pas seulement prendre en compte les dimensions masculines ou féminines dans les APSA (par exemple avec des modes d'entrée différenciés), c'est dépasser ces dimensions en ne se laissant pas enfermer dans les déterminismes biologiques et sociaux. Cette « mixité réfléchie » (Patinet, 2011) crée les conditions d'une **mixité créatrice** (et pas seulement le « mélange » des différences).
- La réussite de tous les élèves et la construction de l'égalité renvoient alors au dépassement des dimensions dites masculines et féminines dans les APSA pour s'émanciper des rôles sociaux assignés aux hommes et aux femmes (S.Duboz, 2016).
- **L' EPS : un lieu qui permet de passer de la conformité à des stéréotypes de sexes à leur possible émancipation dans un cadre de co-éducation.**

Lutter contre les stéréotypes sexistes : faire partager les valeurs de l'autre sexe

**A
R
E
T
E
N
I
R**

- Pour faire de l'EPS un espace qui permet de passer de la conformité à des stéréotypes de sexes à leur possible émancipation dans un cadre de co-éducation l'enseignant(e) doit être conscient du « poids » des normes sociales qui pèsent sur les élèves, et qui pèsent sur lui / sur elle.
- **En rendant chaque enseignant(e) plus éclairé(e) et plus lucide, conscient des biais de jugement, des « braconnages » et des stéréotypes de genre, la sociologie permet de mieux enseigner, et d'enseigner en respectant les valeurs de la République.**

Conclusion : face au corps, l'EPS est une discipline en première ligne

■ Historiquement, en EP, le corps d'abord, redressé, puis développé et renforcé à des fins de performances sportives, devient progressivement plus expressif et affectif...Le corps n'est plus simple mécanique mais porteurs d'informations et de sensations éprouvées.

○ « *On s'est référé tour à tour aux leviers, à la machine à vapeur et à l'ordinateur* ».

P.Parlebas, « La dissipation sportive », in *Culture technique* n° 13, 1985.

Conclusion : face au corps, l'EPS est une discipline en première ligne

- ▶ « *L'EPS aide tous les collégiens et collégiennes à acquérir de nouveaux repères sur soi, sur les autres, sur l'environnement, pour construire une image positive de soi dans le respect des différences* » (Programme de l'EPS pour le cycle 4, 2015).
- ▶ **L'EPS au collège et aux lycées met en scène le corps, à une période de réorganisation du schéma corporel et de doutes sur soi.**
 - ▶ A.Braconnier, D.Marcelli : « *On ne peut comprendre l'adolescent sans savoir qu'une de ses préoccupations centrales est tournée vers son corps* » (1988).
 - ▶ G.Garzon : « *Le corps est un objet de valorisation narcissique, miroir du sujet* » (1994).
 - ▶ L'EPS est la seule discipline où ce que l'élève fait est directement offert aux regards des autres, et peut être immédiatement jugé, et dans certains cas moqué.

Conclusion : face au corps, l'EPS est une discipline en première ligne

- ▶ Comme l'adolescence est une période sensible pour la construction de soi et l'estime de soi, une période de plus grande fragilité narcissique, **l'enseignant est attentif à la tonalité du rapport au corps, en veillant notamment à circonscrire les comparaisons interindividuelles, et à « sécuriser » les présentations publiques de soi.**
- ▶ **Le principe est d'associer de bons souvenirs à la pratique des APSA grâce au plaisir ressenti en EPS** : le goût, le dégoût, l'indifférence à l'égard des pratiques corporelles se construisent en grande partie à la période de l'adolescence. Il s'agit de créer les conditions d'une motivation continuée (Famose, 2001) par des expériences de plaisir et de satisfaction personnelle autour de la mise en jeu du corps dans les APSA : *« les émotions jouent un rôle essentiel pour maintenir l'engagement dans les apprentissages. Il importe d'en tenir compte pour conserver le plaisir d'agir et d'apprendre, garant d'une activité physique régulière »* (Programme du Collège, cycle 4, 2015).

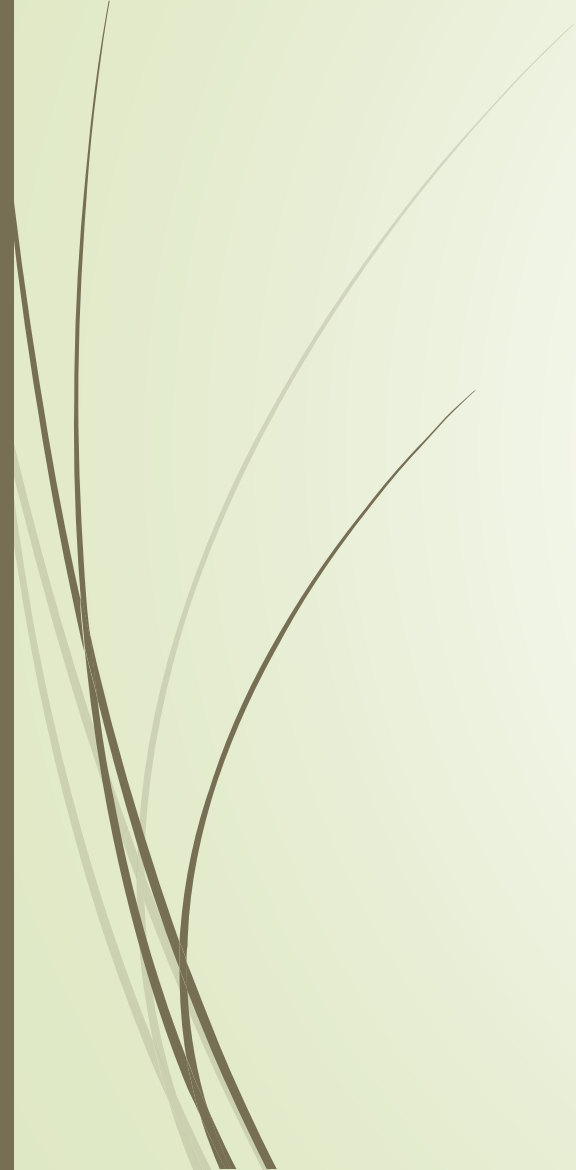
Conclusion : face au corps, l'EPS est une discipline en première ligne

- **Un corps qui s'épanouit en EPS, c'est aussi un corps qui s'exprime, qui joue, qui se libère** des tensions accumulées par la sédentarité et parfois le stress d'une journée de classe. Encore faut-il que le mouvement soit au centre de la séance d'éducation physique, ce qui suppose de rejeter les modèles « intellectualistes » de la motricité (P.Arnaud, 1985), ceux d'une EPS « papier-crayon », ou sa version plus moderne, une EPS « tablette-smartphone ».
- *« Le corps n'est pas un objet. La conscience que j'en ai n'est pas une pensée (...) Je n'ai pas d'autre moyen de connaître le corps humain que de le vivre (...) Je suis donc mon corps ».* Maurice Merleau-Ponty. *Phénoménologie de la perception*, Gallimard, Paris, 1945.

Conclusion : face au corps, l'EPS est une discipline en première ligne

- Le programme d'EPS du lycée d'enseignement général et technologique va dans le sens de cette conclusion :
 - **« Respectueuse des différences de potentiels, de ressources, luttant contre les stéréotypes sociaux ou sexués et résolument inscrite dans une école inclusive, l'EPS offre à tous l'occasion d'une pratique physique qui fait toute sa place au plaisir d'agir ».**

BO spécial n°1 du 22 janvier 2019.



Fin