

LES DIMENSIONS DE LA PERFORMANCE MOTRICE

DRISSI Bouzid
Maître de conférence
Université d'Alger

Résumé :

Il s'agit de tenter de définir le contour la performance motrice malgré les résistances soulignées par les méthodologues et les diverses écoles de l'éducation physique (Américaine, française et allemande) Cette difficulté réside dans le danger de favoriser l'emprise d'une approche (sciences humaines ou sciences biologiques) sur l'autre handicapant ainsi la compréhension du concept. L'analyse des différentes approches tant du point de vue des sciences humaines que des sciences biologiques a aboutit à une sorte de consensus où toutes les sensibilités sont admises puisqu'il s'agit de l'activité où la personne toute entière est engagée. Tout l'art pédagogique réside dans le juste dosage de la part de chacun des paramètres dans l'appréciation de l'exercice physique et sportif. La méthode systémique peut remplir cette délicate tâche.

1. POSE DU PROBLEME

Au courant de notre carrière professionnelle (trentaine d'années), aussi bien dans le cycle moyen, du secondaire que dans l'universitaire, les objectifs assignés à cette discipline qu'est l'Education physique et sportive (EPS) sont aussi divers qu'il y a de prégnances (prégnances psychologiques, sociologiques et biologiques)

La performance motrice, résultante de la pratique de l'EPS et du sport était assimilée à la condition physique, qui, elle-même, est sujette à des interprétations aussi nombreuses qu'il y a d'auteurs (SCZESNY, S 1984 ; FIDELIUS 1982 entre autres) et d'écoles :

France :LEBOULCH,J(1966),CAZORLA,G1984) ;**USA** :AAHP ER(1966) ; **Allemagne**: WEINECK,J 2002 ; HARRE ,D(1987) ;

URSS : MATVEIEV,L.P (1983) qui, pour les uns, sont, par essence, liées aux sciences humaines tandis que pour les autres, elles sont d'ordre biologique.

Autrement dit, l'EPS, étant une discipline carrefour de par sa pluridisciplinarité, va puiser ses fondements scientifiques aussi bien dans les sciences humaines que dans les sciences biologiques. Toute la difficulté ou l'art réside dans la recherche du juste dosage entre ces différentes sciences pour apprécier telle motricité ou tel comportement moteur. Le danger, et c'est ce qui se pratique actuellement, est d'admettre l'hégémonie d'un des facteurs sus - cités au détriment des autres.

Par ailleurs, le concept santé est à prendre en considération pour qualifier la performance motrice par le fait même que c'est l'OMS (organisation mondiale de la santé) qui définit la notion de santé comme étant le bien-être mental et physique, deux paramètres indissociables de la performance humaine.

Dans cette optique, nos efforts iront donc se focaliser un tant soit peu sur une clarification du concept performance motrice humaine en relation dialectique avec les facteurs santé (biologie et physique), psychologie, sociologie. Sous ces aspects, ne peut-on pas finalement dire qu'elle n'est en fait que l'expression de la personnalité toute entière ?

Ainsi, les vocables de santé et de personnalité nous interpellent. En quoi la performance motrice est-elle conditionnée par ces paramètres ? En quoi la performance motrice est-elle la manifestation de la personnalité toute entière ?

Ce que nous allons essayer de discuter dans ce qui suit

2. LES DIMENSIONS DE LA PERFORMANCE

La difficulté de délimiter une définition du concept de performance motrice soulignée par Fergusson (1974) Landry

(1973) Léger (1979) ne doit pas empêcher la poursuite des efforts pour évaluer les contours de l'objet en question. En effet, bien que des difficultés objectives soient effectives, rien ne nous empêche de les contourner en optant pour une définition opérationnelle car en fin de compte, ce qui constitue le centre d'intérêt pour notre métier, c'est la maîtrise de la motricité et à la rigueur une définition conceptuelle n'est pas d'une grande utilité comme le suggère Fergusson (1974)

2.1. LA PERFORMANCE MOTRICE ET SANTE

Les adeptes du courant hygiéniste comme HEBERT, G (1924), LFEP (1940) et autres prônent l'idée selon laquelle l'Education Physique vise prioritairement la santé physique, c'est à dire l'amélioration des grandes fonctions biologiques. C'est aussi la position des écoles américaines (FLEISHMANN 1972) et anglo-saxonnes.

Corroborant cette voie, Fergusson (1974) se voulant plus systématique, affirme que la performance motrice est sujette à trois conditions : physique, psychologique et sociologique dont le prolongement aboutit à la santé (figure 1) Le concept condition, évocateur à plus d'un titre, impliquant la notion de nécessité, va acquérir force de loi.

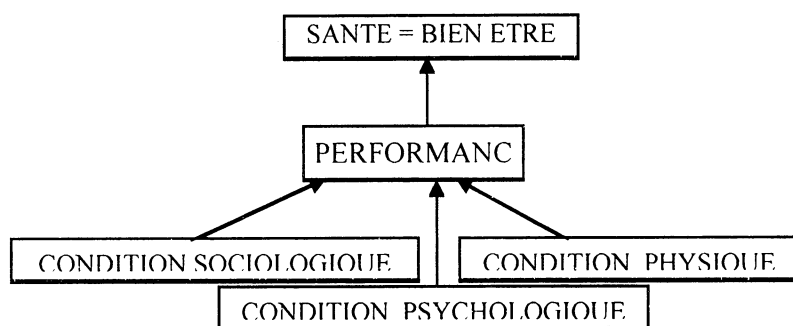


Figure 1 : Schéma la performance motrice préconisé par FERGUSSON (1974)

Ce qui rejoint en quelques points la définition de la santé préconisée par l'OMS. N'est-ce pas ce que l'on appelle communément la santé au sens propre du terme ONUSIEN en parlant de l'intégrité humaine ? Autrement dit, parler de performance motrice, c'est parler de raffermissement de la santé mais sous condition de respect de l'intégrité du corps. BADIOUFI, H(2001) citant SINGER(1972) allant dans le même sens, souligne que la performance motrice est tributaire de plusieurs facteurs dont ceux ayant trait à la croissance, au développement, à la personnalité, à la société, à la pratique...et rejoint ainsi les perspectives sus citées

2.2 PERFORMANCE SPORTIVE = EXPRESSION DE LA PERSONNALITE

Le point de départ de notre réflexion est que la performance d'un individu est l'expression de la personnalité toute entière. Les aspects du sujet « agissant », « ressentant » et « pensant », étant les trois aspects d'une même totalité.

Cependant, si à un moment donné, par souci didactique, il faut distinguer l'affectif du cognitif, du moteur, il faut retenir qu'ils sont absolument inséparables. En effet, sur le plan de l'évolution du cerveau, MORIN (1983) dira à partir des travaux de MAC LEAN et de LABORIT, que chez les mammifères le développement de l'intelligence, de la stratégie et de l'affectivité vont ensemble et que ces « trois choses » sont absolument liées.

Autrement dit, bien qu'ayant l'intention de s'adresser à l'enseigné, l'entraîné ou l'enfant dans sa globalité, par stratégie pédagogique, l'enseignant sera amené à distinguer les trois aspects : le sujet "agissant" (motricité), le sujet "ressentant" (affectif), le sujet "pensant" (cognitif). AZEMAR et RIPOLL (1987) ont trouvé que le comportement du sportif ne peut être appréhendé qu'en référence aux stratégies qui le sous-tendent. Celles-ci résultant d'une interaction des opérations de traitement

des informations, de prise de décision et d'exécution de l'action. Cependant, ce schéma de pensée ne nous satisfait pas totalement, car amputé d'une dimension conditionnant le comportement moteur de l'individu. Il s'agit de l'aspect social. A ce sujet, DURIF, D (1980) admet que l'individu étant génétiquement un être social, son développement affectif, cognitif et psychomoteur ne peut se faire sans être aussi social. « La socialisation apparaît comme une répression de la spontanéité et l'imposition des normes de la vie de groupe. »

En effet, dans un sport collectif, le partenaire et l'adversaire sont partie intégrante et une donnée incontournable pour la résolution des problèmes posés par l'ajustement du comportement moteur.

Partant de ces considérations, les travaux de FERGUSSON, R. J. (1974) nous paraissent des plus féconds car correspondant aux préoccupations sus - citées.

La performance vue sous ces angles, va subir des éclairages qui vont constituer autant de critères d'appréciation et de diagnostic de cette même performance. Autrement dit, ce sera autant d'approches de la performance sportive qu'il y a d'interactions

Ainsi la performance serait la résultante des facteurs psychosociologiques (LEWIN, K 1967, MAISONNEUVE, J 1972), psychomoteurs (LEBOULCH, J 1971,1977), sociomoteurs (PARLEBAS, P 1981,1985) et biomoteurs (WEINECK, J 2002, VRIJENS, J 2001)

Appliqués au sport, ces facteurs prendraient respectivement le vocable de condition physique, de tactique, de technique et de dynamique de groupe. (figure2)

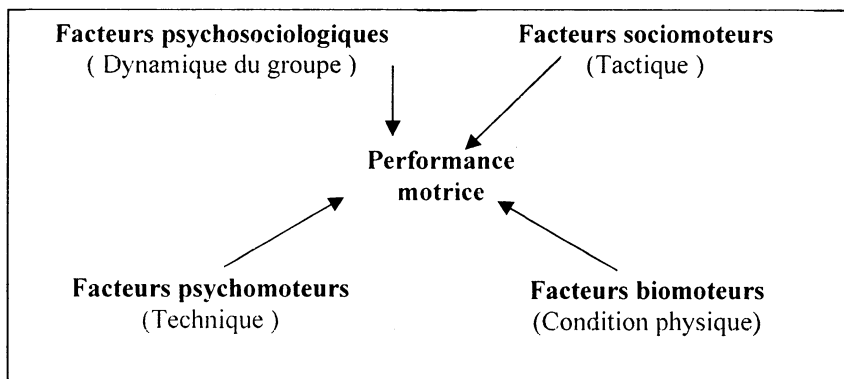


Figure 2 : Facteurs structurels de la performance

Ce schéma proposé fixe les repères ci – après :

- Les facteurs psychosociologiques, sociomoteurs, psychomoteurs et biomoteurs constituent les bases et les prés – requis à tout perfectionnement. Il s’agit maintenant de chercher les prolongements significatifs en relation avec la performance pour chacun d’eux afin d’en souligner les éléments constitutifs

2.2.1 La psychomotricité

Pour LEBOULCH, le mouvement étant le point de départ de son système d’éducation, va dépasser la seule éducation corporelle (santé physique), pour viser la totalité de la personne. Il s’agit pour lui de « faire du corps un instrument parfait d’adaptation de l’individu à son milieu tant dans le domaine du travail que dans celui du loisir et de l’art » (SENNERS, P 2002 p72)

Médecin et professeur d’EPS se fondant sur les **facteurs perceptifs** de la conduite motrice, va essayer de construire une science du mouvement dont la méthode est la psychocinétique en s’appuyant sur de nombreux travaux scientifiques parmi lesquels il cite ceux de Pavlov, de Goldstein, de Lewin, de Wallon, Piaget et de Mucchielli. Sa méthode **psychocinétique** va s’articuler autour de deux notions :

- La prise de conscience
- La structuration du schéma corporel

Quant au courant germanique, il s'agira de coordination motrice au lieu de psychomotricité .Elle est subdivisée en une variété de qualités motrices de base qui seraient selon HARRE, D 1985 :

- Capacité de réaction
- Capacité d'exécution simultanée des mouvements (jongler par exemple)
- Capacité d'orientation dans l'espace et le temps
- Capacité d'analyse
- L'équilibre
- Capacité de changement de direction et de vitesse d'exécution
- Sens du rythme

Par rapport au sport (spécialisation)

- Le lien de la technique avec la psychomotricité se situe dans le fait que la psychomotricité constitue un sous-bassement de la formation de la technique sportive. Fait d'ailleurs corroboré par MARTIN, D (1977) Autrement dit, le processus de formation et d'entraînement se trouve opérationnalisé par cette hiérarchisation. C'est sur la base du modèle type que s'effectue l'apprentissage en tenant compte, toutefois, des possibilités d'innovation, mais dans le sens de l'efficacité du geste.

2.2.2 La sociomotricité

L'approche de Parlebas est structuraliste et la conduite motrice est, avant tout, **une relation**. Il place dès le départ l'enseigné dans une situation réelle, avec son inséparable réseau de relations. Cette méthode débouche sur une sociomotricité caractérisée par des

conduites motrices de l'individu replacées dans leur contexte. Autrement dit, la sociomotricité serait un référentiel qui aurait pour prétention d'expliciter, de déchiffrer et de développer ce réseau afin de permettre la résolution des quelques problèmes liés aux relations motrices entre les athlètes

-Le rapport de la tactique sportive avec la sociomotricité se situe dans le fait que cette dernière constitue le dénominateur commun pour tout apprentissage des bases de la tactique. En d'autres termes, le registre de la sociomotricité enrichi par un effort sémantique et sémiotique constituant donc une systématique du codage moteur, va fournir un ensemble de règles communes à tous les joueurs, leur permettant d'acquérir le fameux « langage commun » si cher aux entraîneurs. Ce serait en quelque sorte le « minimum garanti » pour accéder au niveau supérieur sur lequel vont se bâtir des données tactiques plus élaborées, caractérisant le niveau supérieur de l'élite.

2.2.3 La biomotricité

Elle serait la condition physique selon le vocabulaire des méthodologistes et des entraîneurs. Elle se subdivise en paramètres

- Anatomiques dont :

- **composant morphologique** : os, muscle et graisse et
- **composant organique** : systèmes nerveux, endocrinien et circulo-respiratoire)

- Physiologiques dont :

- **composant bioénergétique** : systèmes aérobie et anaérobie
- **composant neuromusculaire** : endurance, force, vitesse)

Par apport au phénomène du sport : WILMORE, J. H et COSTILL, D.L(2006)

corroborent que :

- La taille, le poids et le pourcentage de graisse sont des critères discriminatifs pour la qualité de la performance.

- Une parfaite coordination est requise entre le système nerveux et le système musculaire lors de la production de mouvement.

- Le système métabolique produit de l'énergie nécessaire à l'exercice et précise le rôle du système endocrinien dans la régulation du métabolisme.

- Quant aux systèmes cardio-vasculaire et respiratoire, ils transportent les nutriments et l'oxygène aux muscles en activité et éliminent les déchets.

- L'endurance, la vitesse et la force sont les différentes expressions de l'activité physique selon leur durée et leur intensité

2.2.4 La psychosociologie :

Ce qui intéresse le psychosociologue, c'est le comment de l'adaptation de l'individu aux normes collectives, de son intégration au milieu environnant. L'approche psychosociologique considère l'éducation de l'individu par l'intermédiaire d'autrui dans le sens des relations de communication (THOMAS R(1975), THILL, E (1980) C'est du domaine de la dynamique de groupe (LEWIN, K (1967) Les sous-bassements pédagogiques y afférents seraient au nombre de trois :

- La capacité de communiquer n'est pas innée mais le résultat d'un apprentissage

-les communications ouvertes, confiantes, et adéquates entre les membres du groupe favorisent l'intégration

-La découverte des lois de communication est soumise à la faculté de se remettre en question (RIOUX, G 1976)

L'EPS et le sport remplit parfaitement ces trois fonctions au travers prioritairement des sports collectifs Les entraîneurs et éducateurs utilisent fréquemment la sociométrie pour l'analyse de la qualité des relations interindividuelles

3. METHODE DE TRAITEMENT DE LA PERFORMANCE MOTRICE

Face à ces différentes approches, somme toutes, assez pertinentes, que nous avons, et continuons, à nous confronter tout au long de notre carrière, tout l'art pédagogique réside dans l'assimilation de toutes les données sans pour autant donner la préférence à l'une ou à l'autre pratiquant ainsi l'hégémonie d'un aspect sur les autres qui peut être source d'erreurs dans l'appréciation de la qualité de la conduite motrice. Quelle stratégie, quelle méthode d'appréciation retenir pour parer à ces difficultés ? Il s'agit de trouver un mode opératoire qui ne se focalise plus sur l'une des données sus citées mais un modèle capable d'embrasser l'ensemble des aspects du problème dans une dynamique interdépendance. « L'approche se veut macroscopique et non microscopique » (ROSNAY, J 1975) C'est la méthode systémique dont le modèle de WEINECK, J (1992) nous apparaît le plus adapté en sport à cause de ses prolongements pédagogiques opérationnels. Il s'agit de considérer le cheminement du traitement de l'action sportive :

1. Au début de l'action, il y a mécanisme de perception de la situation
2. Processus d'interprétation des informations

3. Programmation de prise de décision

4. Exécution de la décision

La méthode systémique consiste à intégrer tout acte moteur par rapport à ce schéma pour situer à quel niveau se trouve l'erreur dans un but de diagnostic précis.

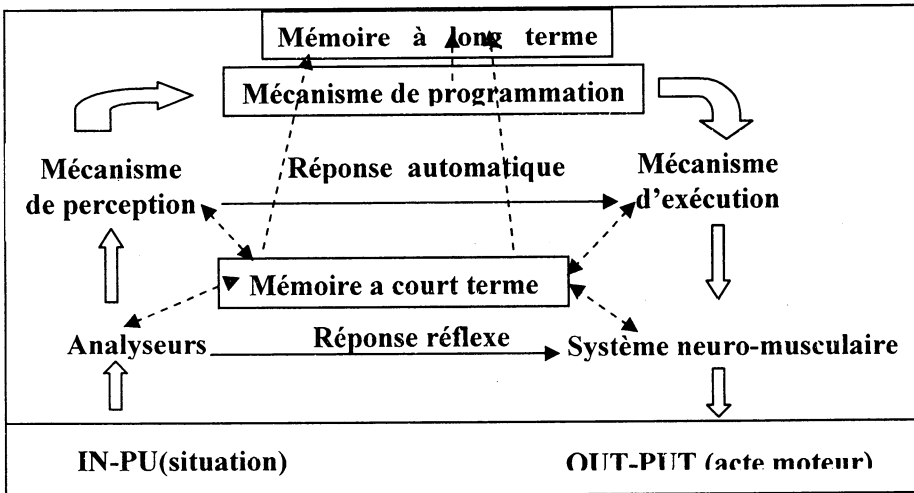


Figure 3: Modèle de contrôle du mouvement (WEINECK, 2002)

CONCLUSION

Ainsi, dans l'état actuel du sport et de ses exigences, le facteur santé est quelque peu bousculé jusqu'à être menacé par l'extrémisme des demandes en performances compétitionnelles. Ainsi, la performance sportive élitiste n'aurait plus besoin du facteur santé pour être définie. Autrement dit, l'idée du concept de performance sportive envisagée au sein du concept santé, permettant certes la création de bases communes (Landry, F 1973, Fergusson, R.G (1974) n'est pas satisfaisante dans le sens où, comme le souligne Leger, L(1979) « ce qui apparaît le plus critique c'est d'envisager les concepts de santé physique et de condition

physique ...c'est à ce niveau que la distinction n'est pas claire...il y a danger à faire ce rapprochement , celui de faire de la condition physique un facteur exclusivement relié à la santé physique » C'est ainsi que ce concept de performance sportive se suffit de lui-même du fait que cette dernière, se devant d'être poussée à son paroxysme pour satisfaire aux exigences toujours grandissantes du sport professionnel , devient donc une fin en soi , indépendante du facteur santé (cf. figure 2) C'est par contre exacte de dire que le facteur santé est une préoccupation de l'Education Physique et Sportive, du sport de loisirs et du sport au troisième âge et devient,ainsi, une auxiliaire de la médecine pour acquérir un statut de **médecine préventive**.

Le but de cet essai a été de contribuer a l'institutionnalisation de l'Education Physique et Sportive en tant que science autonome .

BIBLIOGRAPHIE:

AAHPER: Youth Fitness Test manual; Washington D.C, 1976

CAZORLA. G, LEGER. L, MARINI. J.F : Evaluation du potentiel anaérobie. Travaux et recherche en E.P.S. INSEP, Paris, 1984.

DURIF. D. : Les citoyens de la maternelle. Ed. Nathan, Paris, 1980.

FERGUSSON. R.J. : La condition physique. Document présenté au comité sur la condition physique des Québécois. Avril 1974.

FERGUSSON. R .J, LEGER. L : La condition physique : Réflexions personnelles soumises au G.S.Q. Québec, Juillet 1979.

FIDELIUS. K, KOCJASZ. J. : Atlas des exercices physiques ; INSEP, Paris, 1982

FLANDRY. F. : Mesure de la condition physique. Vol. N°3, A.R.A.Q., Mai,

HARRE. D. : Trainingslehre. Sportverlag, Berlin, 1987

HEBERT, G : La méthode naturelle d'EP in BOURDON, Encyclopédie des sports 1924

LANDRY F. : Mesure de la condition physique. Vol. N°3, A.R.A.Q., Mai, 1973)

LAPIERRE, A. : Le concept de psychomotricité et son évolution. Revue E.P.S. n° 145, Paris. 1977

LEBOULCH, J. : Les facteurs de la valeur motrice. Thèse de doctorat en médecine, Renne, 1966.

LEGER, L. : La condition physique : Réflexions personnelles soumises au G.S.Q. Québec, Juillet 1979.

LEWIN, K : Psychologie dynamique Ed PUF 1967

LIGUE FRANÇAISE DE L'EP (1940) in SENNERS p 2

MAISONNEUVE. J. : Pédagogie et psychologie des groupes. In : Association pour la recherche et l'intervention psychosociologique. E.P.S., Paris, 1972.

MARTIN, D. : Zur sportlichen Leistungsfähigkeit von Kindern . In : Sportwissen. 3, 1982, p. 255-274.

MATVEIEV, L.P. : Aspects fondamentaux de l'entraînement. Ed. Vigot , Paris, 1983

MORENO, J.L.: Fondements de la sociométrie, in Maisonneuve, J. : La psychologie sociale, PUF, 1981

MORIN, E. : E.P.S interroge E. Morin. Revue E.P.S. N° 179, Paris, 1983.

PARLEBAS, P. : Contribution à un lexique commenté Science de l'action motrice. INSEP. Paris, 1981

RIOUX, R & Coll. : La cohésion de l'équipe. Ed Vrin Paris 1976

SENNERS, P : L'EPS, son histoire, sa genèse jusqu'aux programmes 2002.

3° Edition Vigot Paris 2002

SINGER (1972) cité par BEDHIOUFI, H : Facteurs socio institutionnels dans l'orientation du jeune footballeur tunisien. Revue sport et activités physiques. 2001

SZCZESNY. S. : La détection des talents en cours de vitesse. Travaux et recherche N° 7. INSEP, Paris, 1984.

THOMAS, R : La relation au sein des APS Ed Vigot Paris 1975

VRIJENS, J. : L'entraînement raisonné du sportif. Ed. De Boek, Université, 1990

WEINECK, J. : Manuel d'entraînement. Ed. Vigot, 2002.

WILMORE, J. H et COSTILL, D.L : Physiologie du sport et de l'exercice
Edition De Boeck (2006)