

APPORTS DES AUTEURS EN GYMNASTIQUE SPORTIVE

Ce sont des auteurs de la deuxième moitié du 20^e siècle. Les principaux sont :

Roland CARRASCO était entraîneur de haut niveau, puis CTR à la Réunion. Il a écrit notamment « *Essai de systématique de l'enseignement de la gymnastique aux agrès* » (1972), « *Pédagogie des agrès* » (1977).

Roland CARRASCO s'appuie sur la psychologie de l'enfant et sur l'anatomie fonctionnelle. Il s'appuie également sur une analyse des gestes gymniques pour essayer de voir quelles sont les actions principales, ou **schèmes d'actions**, pour apprendre à progresser.

Sa méthode est de partir d'une situation que je connais pour arriver à une nouvelle situation. Sa première méthode de travail est de proposer à des débutants des parcours généraux : ce sont les différents schèmes d'actions dans des situations inhabituelles. Sa deuxième méthode de travail est le circuit training : on reste un certain temps sur un même atelier, contrairement au parcours général. Autre forme de travail, le mini circuit : on travaille un élément sur plusieurs ateliers. La dernière forme de travail est la combinaison ou l'enchaînement : on combine plusieurs éléments.

Paul GOIRAND est professeur à l'UFR STAPS de Lyon. Il a écrit la « *Didactique de la gymnastique et EPS* » (1990).

Il s'appuie sur les sciences de l'éducation, sur les travaux didactiques des disciplines, sur la philosophie et sur la biomécanique. Il a modélisé l'activité des gymnastes autour de quatre **verbes d'action** : **se déplacer**, **voler**, **tourner** et **se renverser**.

Son objectif est de faire de la gymnastique une pratique sociale, une pratique de groupe. Pour développer la communication dans un groupe, il leur demande de mettre en place un code prenant en compte le risque, l'originalité et la virtuosité. Il propose des ateliers où va travailler un groupe sur un thème d'étude. Le groupe va proposer des critères de réalisation. Paul GOIRAND veut programmer le travail jusqu'à l'aboutissement, c'est-à-dire l'enchaînement.

Jacques LEGUET a publié de 1979 à 1989 (« Action motrice en gymnastique sportive » Vigot 85). Il a été prof en CREPS puis en STAPS à Caen. Il s'appuie sur la psychologie génétique et la neuroscience. Il caractérise l'activité en 12 actions qui peuvent être pratiquées isolément.

- se recevoir, s'équilibrer
- tourner sur soi-même
- se balancer en appui
- se balancer en suspension
- passer en appui renversé
- passer en suspension renversée
- se déplacer de façon bipède
- tenir une attitude
- passer au sol (ou sur la poutre)
- faire un va et vient
- cercler
- sauter

Ces actions peuvent être coordonnées entre elles.

ex : sauter et tourner en même temps

sauter

comportement modifié pour engager l'action suivante.

tourner

Pour Leguet, enseigner la gymnastique n'est pas apprendre un modèle mais c'est transformer quelque chose que je sais déjà faire. Pour transformer il faut proposer plusieurs situations différentes. Il propose donc différents ateliers centrés sur une action motrice. On ouvre cette action pour la combiner avec d'autres actions.

L'environnement en gymnastique sportive est standardisé : agrès, humains.

L'activité gymnique est individuelle.

La motricité peut être modifiée à cause de la peur de passer sur le praticable devant les autres. Il n'y a pas que la motricité qui travaille, il y a aussi l'affectivité et la dimension cognitive.

Il va développer différentes activités :

agir : le sujet entre en action motrice, côtoie un risque, cherche à faire de mieux en mieux et de plus en plus difficile.

créer : il ne faut pas uniquement reproduire un modèle mais chercher de nouvelles possibilités pour agir et faire autrement. Je choisis pour personnaliser et ensuite combiner.

montrer : montrer quelque chose de beau, difficile, original qui sera vu et apprécié : enchaînement.

aider : contribuer à la réussite des autres, conseiller, donner confiance, coopérer.

Leguet dit : « sans les autres on peut mais on peut moins »

aider : intervenir physiquement parer : uniquement prêts à intervenir si chute
évaluer : apprécier une production comme spectateur, observateur, notateur.
organiser : prendre en charge un groupe pour gérer par exemple l'ordre de passage, pour mettre en place le matériel.

La gymnastique est une activité sportive mais c'est aussi une activité qui peut être éducative car elle permet le développement de l'affectivité et de la cognitivité de l'individu.

Louis THOMAS et collectif : « gym sportive de l'école aux associations » (1989). Il s'appuie aussi sur la neuroscience et la biomécanique.

La gymnastique est conditionnée par des exigences réglementaires et naturelles.

Le matériel conditionne les réalisations gymniques.

Il définit les principes fondamentaux d'exécution en gym :

- attitude gymnique : maintient des différents segments du corps par une tonicité musculaire, une bonne souplesse des articulations et une capacité à fixer, à gagner les articulations.
- le placement des segments : il faut une sensibilité kinesthésique.
- capacité à faire des impulsions (extension complète des jambes) et des réceptions efficaces (fléchit, souple avec position qui protège la colonne vertébrale).
- coordination et rythme : système de coordination des mouvements de 2 types :
 - coordination interne : mouvements coordonnés entre eux.
 - coordination externe : lecture d'éléments enchaînés pour créer un enchaînement.
- être capable de passer du dynamique au statique et inversement : je place un élément dynamique puis un élément statique.

Il décrit aussi ce qu'est le progrès en gym :

- exécuter des éléments séparés de plus en plus corrects.
- amplitude du mouvement de plus en plus importante.
- complexifier les éléments, apprendre de plus en plus difficile.
- enchaîner les éléments.
- savoir maîtriser le risque (ne pas faire compliquer sans savoir faire simple).

Sa démarche de travail est en 4 phases d'apprentissage qui sont progressives :

- découverte de l'activité.
- phase de modelage : phase de réalisation globale de l'élément.
- phase d'affinage.
- automatisation par la répétition.