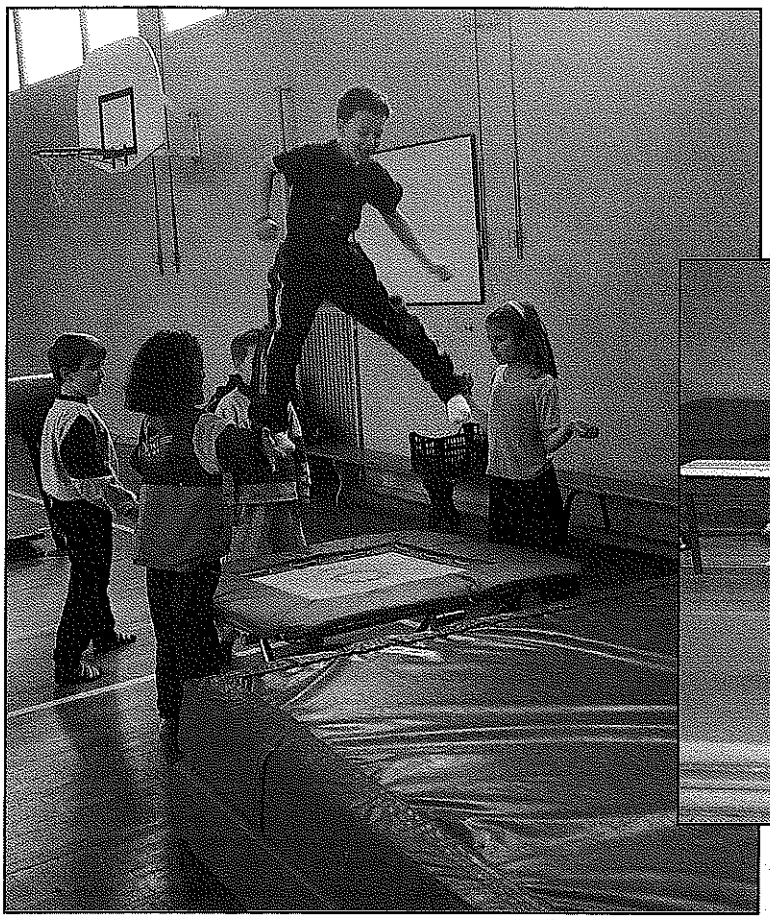
À l'école, la gymnastique est souvent réduite à la réalisation de quelques éléments accessibles à tous. L'auteur nous rappelle à juste titre, que c'est la production d'enchaînements combinant ces éléments qui est au cœur même de cette activité et que l'on peut l'adapter au milieu scolaire.

PAR J. LEGUET



PHOTOS : M. BABY

L'ENCHAÎNEMENT
UNE SITUATION DE RÉFÉRENCE ?

La pratique gymnique à l'école est souvent réduite à des exploits isolés, mettant certes l'élève en situation motrice inhabituelle, mais occultant les aspects éducatifs liés à la notion d'enchaînement. On distinguera ici, le fait de réaliser deux ou trois éléments hétéroclites et « l'enchaînement », ensemble structuré, cohérent, harmonieux et caractéristique de la culture gymnique.

LES CONSTITUANTS DE L'ACTIVITÉ GYMNIQUE

Schématiquement, l'observation montre que de nombreuses figures ont une organisation générale commune[1]. Par exemple, tous les sauts gymniques s'organisent autour d'une même action motrice, *sauter* ; les figures telles que la roue, le saut de mains, le flip-flap, consistent à passer en « appui renversé », latéralement, vers l'avant ou l'arrière ; aux agrès, elles nécessitent le plus souvent une action du type « se balancer ».

Du débutant, agissant de manière relativement spontanée sur nos dispositifs, à l'expert accomplissant des figures très sophistiquées, on retrouve les mêmes actions de base sous des formes de plus en plus efficaces.

Ainsi, avant d'enchaîner des figures, on peut déjà combiner des actions, en particulier si celles-ci sont induites par des aménagements.

Dans l'exemple d'un enchaînement au sol, les types d'actions caractéristiques sont les suivants :
- tourner sur soi-même,
- se renverser en appui,
- sauter,
- se recevoir,
- tenir une attitude,
- passer au sol,
- faire un « va et vient » (quadrupédie en bonds de lapin à ce niveau),
- se déplacer en situation pédestre ;

auxquels il faut ajouter, aux agrès :
- se balancer en appui,
- se balancer en suspension,
- passer en suspension renversée,
- cercler.

Ces douze expressions constituent un inventaire exhaustif des actions motrices répertoriées pour l'ensemble de la gymnastique. Les variantes concernant, par exemple, le sens de l'action (tourner en avant, en arrière et sur l'axe longitudinal pour aller vers les roulades et les pirouettes) et les combinaisons différentes conduisent vers des figures connues ainsi mises en perspective (sauter et tourner en arrière pour réaliser un salto[2] arrière ; sauter pour tourner en avant, vers le salto avant, etc.).

L'ENCHAÎNEMENT GYMNIQUE

Les rôles éducatifs associés à la notion d'enchaînement sont liés à la nécessité de :
- s'organiser pour assurer une continuité d'actions très différentes (activité sérielle) ;

- doser l'anticipation pour ne pas juxtaposer des actions isolées (manque de prévision) ou faire avorter l'action précédente (trop d'anticipation) ;
- développer les compétences à composer liées à la culture gymnique.

Le tout est supérieur à la somme des parties : on ne résout pas les problèmes posés par la maîtrise de l'enchaînement en n'apprenant que des éléments isolés.

L'enchaînement, au sens de notre conception, n'est complet que s'il comprend au moins une action de chaque type possible sur l'agrès considéré. Il permet donc de cerner l'élève dans tous les aspects de sa motricité sur cet agrès et en un seul passage.

En milieu scolaire, si les situations globales et complexes sont le plus souvent mises en place dans de nombreuses A.P.S. (jeux collectifs, d'opposition, etc., cela n'est que trop rarement le cas dans les activités gymniques pour lesquelles le sens commun renforcé par des représentations technocentrées accrédite l'idée selon laquelle on ne peut enchaîner des figures que si elles ont été préalablement acquises : l'aboutissement de l'apprentissage serait la maîtrise et l'automatisation d'éléments... l'enchaînement ne venant qu'après. Lorsque son apprentissage est programmé, le plus souvent à la fin du cycle d'activités gymniques, il ne reste que peu de temps pour surmonter les nouveaux problèmes posés !

Nous considérerons différemment la question en nous appuyant sur le concept d'action motrice en gymnastique sportive tel que nous l'avons développé antérieurement.

POUR MAÎTRISER DES ENCHAÎNEMENTS

Une situation de référence

La situation « repère » doit poser à l'élève un ensemble de problèmes caractéristiques de l'activité : elle est en ce sens « authentique » et permet de situer le niveau de départ puis, ponctuellement et en fin de cycle, de mettre en évidence les progrès réalisés.

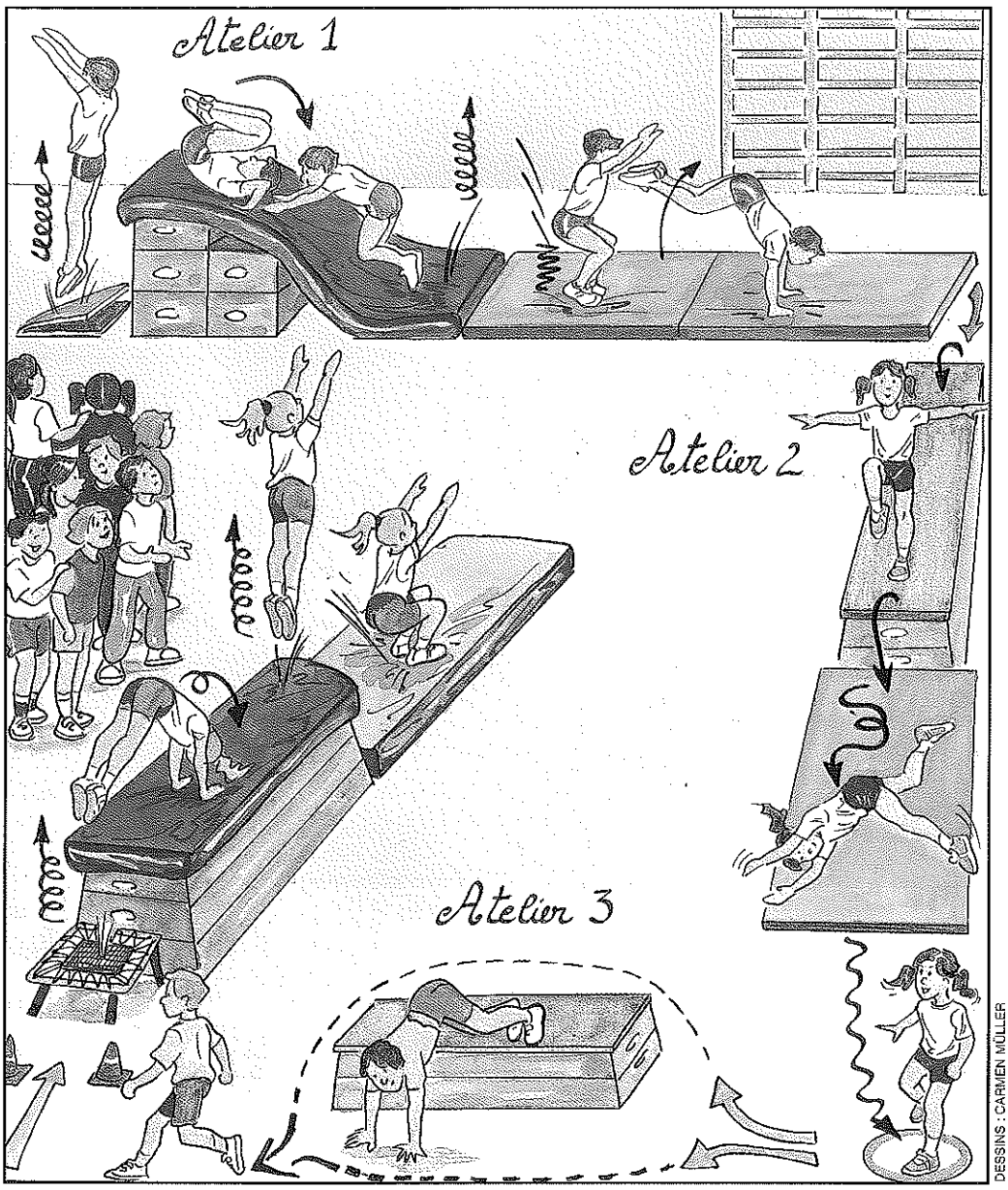
Par définition, elle devrait être sensiblement identique à ces différents moments.

Lors d'une première séance, nous proposons un enchaînement d'actions en milieu aménagé qui servira de situation de référence pour le cycle de gymnastique au sol (voir encadré et dessin ci-contre).

Des situations de transformation

Au cours des leçons suivantes, grâce à des situations d'apprentissage spécifiques, on améliorera les comportements observés afin de :

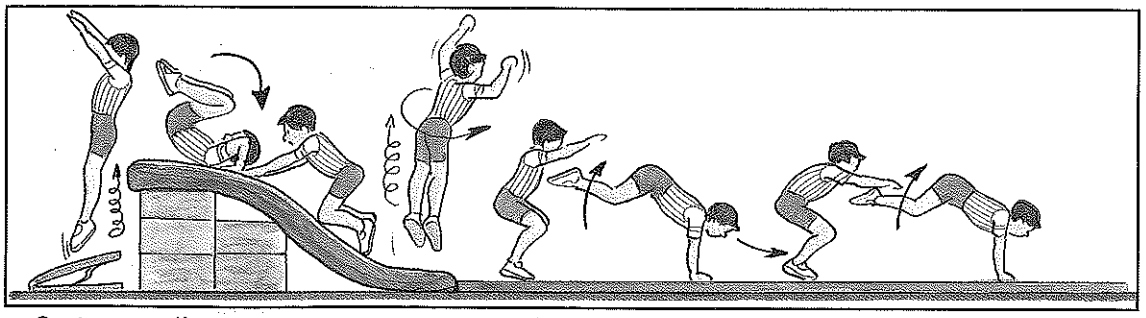
• *faire mieux*, c'est-à-dire améliorer la maîtrise de ce qui est présenté :
- en réduisant les temps morts pour aller vers la continuité (il ne s'agit pas d'un simple parcours, tout compte du début jusqu'à la réception finale),
- en améliorant les actions sur la base de critères macroscopiques simples (tourner plus « rond », en groupant pour accélérer les tours en avant et en arrière ; aligner bras et tronc en appui renversé pour pouvoir, un jour, rebondir ; être parfaitement immobile dans l'attitude choisie, plus fluide dans le passage au sol, plus précis dans le déplacement pédestre ; stabiliser la réception finale et se présenter au groupe, etc.).



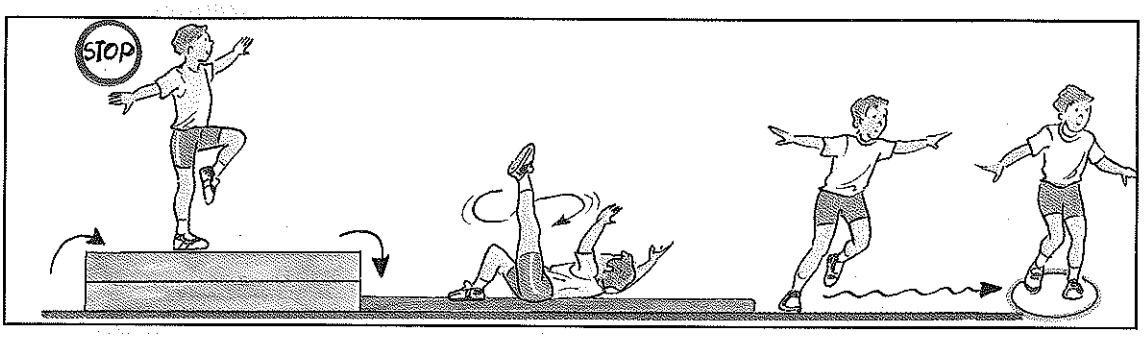
DESSINS : CARMEN MÜLLER

DÉROULEMENT DE LA PREMIÈRE SÉANCE

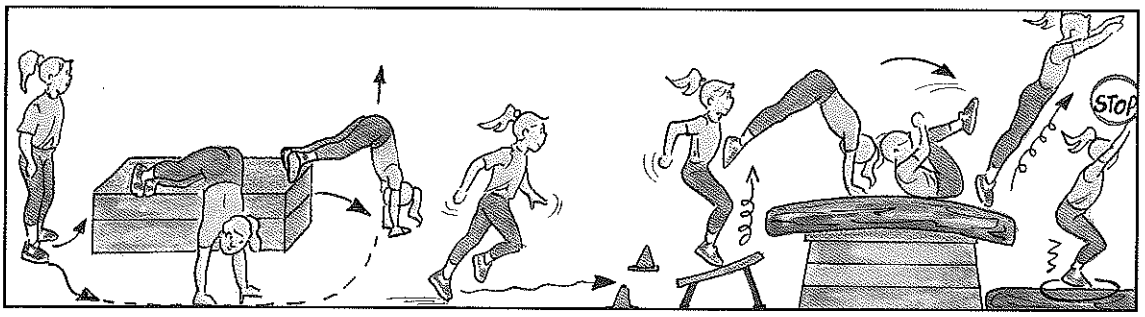
1. Présentation et échauffement rapide.
2. Travail sur trois ateliers aménagés chacun autour de deux ou trois actions expliquées par des fiches (voir schémas) 3 x 10 minutes.
3. Rapprocher légèrement les ateliers pour réduire les temps morts et réaliser en continu l'ensemble des trois séries de tâches : les élèves se succèdent (lorsqu'un élève est au milieu de l'enchaînement, le suivant démarre) et les spectateurs vérifient la bonne application des consignes (10 minutes maximum). Chacun aura ainsi vécu la totalité des actions et élaboré la situation de référence.
4. Plusieurs élèves (éventuellement tous) présentent un par un leur enchaînement en « démonstration ». Applaudissements et encouragements accompagnent le spectacle et créeront l'ambiance gymnique. Un début d'appréciation pourra se dessiner : est-ce bien réalisé, est-ce complet, y a-t-il des oublis, est-ce continu ou bien interrompu, etc. ?
5. Retour au calme, bilan et perspectives.



Sauter en arrière et **tourner en boule** pour... ... **sauter** haut en réalisant un demi-tour... ... et faire plusieurs **bonds de lapin.**



Monter et **tenir trois secondes une attitude** choisie... ... descendre et faire **un passage au sol** sur le ventre, le dos, assis ou à genoux... ... et **se déplacer** en pas chassés jusqu'au cercle.



Pieds sur le plinth, mains sur la ligne, **se déplacer en appui renversé** jusqu'à l'extrémité de l'engin... ... et courir pour sauter et tourner en avant, sur le tapis ou en l'air... ... et sauter haut pour **se recevoir immobile,** trois secondes, dans le cercle....

• *faire plus,* c'est-à-dire chercher à augmenter la difficulté des productions en offrant une possibilité de choix de solutions plus ou moins difficiles compatibles avec le dispositif de référence lorsque l'on y reviendra. Par exemple, faire plus ce sera à :
- l'atelier 1 : sauter pour tourner directement dans la pente (éviter de s'asseoir, venir directement sur les épaules, le dos... en allant vers le salto arrière), faire plus d'un demi-tour longitudinal (un tour ou plus) ;
- l'atelier 2 : rechercher une attitude, un passage au sol plus complexe, plus original (break-danse...), un déplacement plus intéressant que les pas chassés, faire appel à la créativité... ;
- l'atelier 3 : aller vers la réalisation de la roue, passage latéral en appui renversé, sans pose des pieds sur le bloc ; sauter pour tourner dans l'espace plutôt qu'au contact du tapis, vers le salto avant ; ajouter une figure libre dans le saut final (groupé, carpé, style fun, etc.).

Faire plus et faire mieux, sont les deux principaux axes de progrès sur lesquels on pourra établir un projet, voir un contrat permettant :
- d'améliorer les productions pour les plus faibles,
- de les complexifier pour les plus à l'aise.

Entre les passages obligés (qui conduisent vers les figures classiques) et les séquences plus créatives (attitudes, passages au sol, déplacements quasi inépuisables), la composition donnée en exemple pourra évoluer ultérieurement dans le sens d'une personnalisation plus importante en respectant toutefois les familles d'actions couvrant toute l'activité. Cette démarche, utilisable dès les premiers cycles de l'école élémentaire, peut être exploitée plus tard, à différents niveaux de scolarité.

Jacques Leguet,
Professeur EPS,
UFR-STAPS Caen (14).

---

[1] Lire également, du même auteur :
Actions motrices en gymnastique sportive, Paris, Vigot, 1985, 1990.
« Les pouvoirs d'agir », *Revue EPS*, n° 212, 1989.
« Actions et filières », *Revue EPS*, n° 217, 1989.
« Vers l'enchaînement », *Revue EPS*, n° 221, 1990.

[2] Salto : figure gymnique qui consiste à sauter pour réaliser un tour sur soi-même dans l'espace.