

Éducation au plaisir de pratiquer : un enjeu pour l'EPS¹

Le séminaire de l'année précédente nous a forgé la conviction que le plaisir n'était pas un contenu d'enseignement². Il est donc impossible d'en proposer une didactique car il n'est pas relié à un objet culturel. Le plaisir, s'il a pourtant bien une fonction essentielle en EPS, est plutôt un objectif éducatif ainsi qu'un moyen d'enseignement. A la fois besoin et énergie mobilisatrice, le plaisir conduit in fine à une certaine puissance d'exister émancipatrice et génératrice de projets d'action de plus en plus ambitieux. Le plaisir d'agir ne relève donc pas de l'apprentissage mais de l'éducation !

Or une éducation renvoie à des valeurs, donc suppose une certaine philosophie, une certaine éthique. Le thème de l'éducation au plaisir servira de fil conducteur au séminaire autour des questions essentielles suivantes :

- Une éducation au plaisir est-elle souhaitable ?
- Une éducation au plaisir est-elle possible ?
- Finalement qu'entend-on par une éducation au plaisir ?
- Quelles différences entre une personne « bien et mal » éduquée au plaisir ?
- Qu'est-ce qu'une personne « bien éduquée » au plaisir en EPS ?
- Comment éduquer au plaisir dans les pratiques ludomotrices ?

Ce thème, un peu provocateur, n'a de sens que s'il est relié à un cadre de réflexion sur le plaisir en EPS.

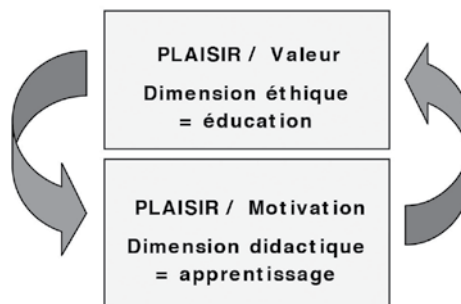
Rappel du cadre méthodologique du groupe (Cf. Revue Enseigner l'EPS)

Depuis 2008, le groupe s'est construit un cadre méthodologique pour appréhender la question du plaisir en EPS. Ce cadre s'est progressivement stabilisé autour de deux enjeux, trois perspectives théoriques et huit pistes pédagogiques. Il oriente et cimente les réflexions tout en facilitant des mises en œuvre concrètes.

Deux enjeux

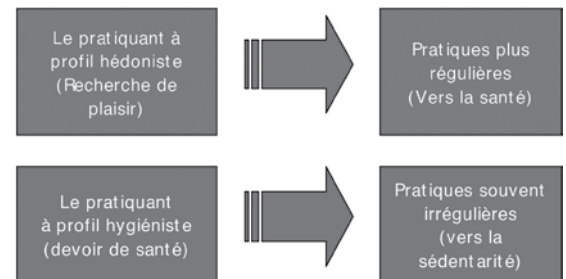
Enjeu n° 1 :

Le plaisir est à la fois une finalité éducative (épanouissement et puissance de la personne) et un moyen pédagogique (dynamique mobilisatrice)



Enjeu n° 2 :

Les pratiques physiques à visée hédoniste seraient plus propices à la santé que des pratiques à visée hygiéniste (Cf. Claire Perrin)



Trois perspectives théoriques

1. Une définition du plaisir

Le plaisir, c'est ce qu'ont ressenti ceux qui disent en avoir éprouvé. C'est un ressenti positif, pendant ou juste à la fin d'une action, qui résulte d'une combinaison complexe d'affects (humeur, émotions, sentiments) mis en relation avec l'expérience antérieure et l'histoire du sujet.

2. Tous les plaisirs ne se valent pas!³

- De multiples plaisirs sont éprouvés en EPS :
- Les plaisirs liés aux pratiques ludomotrices⁴
 - L'amusement « hors pratiques »⁵
 - Les comportements « hors tâches »⁶
 - Le « trop plaisir »⁷

Mais dans le domaine de l'éducation en général et de l'Education Physique et Sportive en particulier, seuls ceux qui se vivent dans le respect de soi-même et d'autrui sont légitimes et acceptables.

1) Cet article rend compte des travaux du séminaire du groupe ressource « PLAISIR & EPS » de l'AE-EPS qui s'est déroulé les 23 et 24 mars 2013 à Cournon d'Auvergne. Etaient présents : Denis ABONNEN, Denis BARBIER, Mehdi BELOUCHAT, Gilles BUI-XUAN, Ghislain CARLIER, Marie CLERX, Karen CROIZIER, Eric DUGAS, Philippe GAGNAIRE, Christine GARSULT, Nelly LACINCE, Pascal LACINCE, François LAVIE, Roger MADELEINE, Bruno MEAR, Yvon MORIZUR, Amandine PIAU, David SETRUK, Serge TESTEVIDE. Etaient excusés : Pascale BOURDIER, Sophie DESLAURIER, Nicolas JOUFFRAY, Maurice MANDIN, Hélène PERSYN, Françoise PETIT.

2) GAGNAIRE P., LAVIE F. (2013), *Compétences attendues et plaisir en EPS. D'un cadre prescriptif à un cadre proscriptif*. Revue Enseigner l'EPS n° 258, AE-EPS, avril 2013, p. 2-7.

3) HAYE G., DELIGNIERES D. (2011), *Plaisirs et déplaisirs*. In G. HAYE (Coord.), Le plaisir. Collection Pour l'Action, Edition EPS.

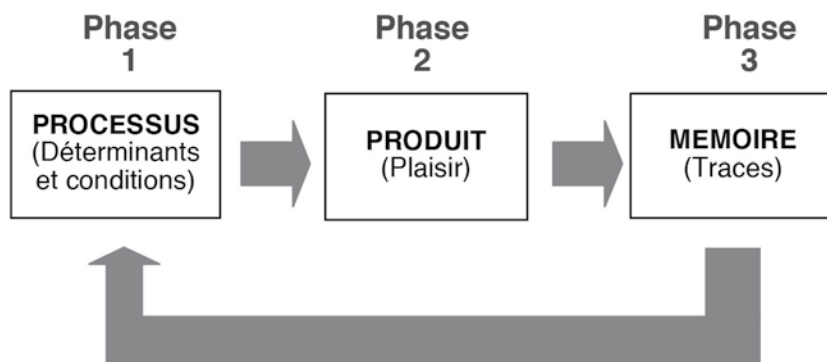
4) GAGNAIRE P., LAVIE F. (2011), *Le plaisir des élèves, un indicateur pour l'enseignant*. In G. HAYE (Coord.), Le plaisir. Collection Pour l'Action, Edition EPS.

5) *Sciences et Techniques des Activités Physiques et sportives*. Université Blaise Pascal de Clermont-Ferrand 2.

6) DUFOUR Y. (2003), *Exploiter les comportements hors-tâches des élèves en EPS*. In L'ancrage culturel en question, CD-Rom des 3^{ème} Rencontres de l'EPS Montpellier 23-26 octobre.

7) MONTAGNE Y.F., LABRIDY E. (2011), *Au-delà du plaisir : concevoir une autre satisfaction en EPS*, in G. HAYE (Coord.), Le plaisir. Collection Pour l'Action, Edition EPS.

3. Une dynamique plaisir-déplaisir fonctionnant en boucle⁸



La phase 3 qui permet le bouclage sur une nouvelle phase 1 est sans doute la plus importante car :

- Des traces de plaisir donnent l'envie de renouveler ce plaisir (plaisir anticipé ou recherché). Il peut alors se transformer en conduites attractives et mobilisatrices.
- S'il n'y a aucun ressenti significatif, l'individu peut naviguer entre attente ou lassitude... Il peut alors réessayer ou passer à autre chose.
- Des traces de déplaisir engendrent le plus souvent des attitudes répulsives qui se traduisent parfois par l'envie de ne pas renouveler cette expérience, par l'abandon, par la fuite.

Ces traces affectives et cognitives se traduisent par une augmentation ou une diminution de confiance et d'estime de soi qui induisent des tendances à l'action ou à l'inaction (nouvelle phase 1). Le renforcement de ce processus conduit à différents degrés de mobilisation pouvant aller d'une « impuissance apprise » jusqu'à une puissance d'exister selon le vécu de l'expérience.

Huit pistes pédagogiques

Nous avons mis en évidence huit pistes pédagogiques susceptibles d'enclencher la dynamique du plaisir d'agir en EPS. Elles n'ont pas la prétention de révolutionner les pratiques pédagogiques mais seulement de recentrer et concentrer l'action de l'enseignant sur certaines options en cas d'observation de « flagrant délit » de déplaisir d'un ou plusieurs élèves.

1. Tisser des relations humaines bienveillantes et émancipatrices
2. Favoriser une réussite quasi immédiate pour entretenir en permanence un espoir de réussite

3. Ajuster l'enjeu du jeu au niveau des élèves
4. Aborder l'activité en prenant en compte les préoccupations des élèves.
5. Valoriser aussi bien l'autodétermination que la mutualisation
6. Faire vivre des expériences marquantes
7. Proposer des contenus en phase avec le niveau d'adaptation de l'élève
8. Permettre à l'élève de repérer et capitaliser ses progrès.

Déroulement du séminaire

Deux parties complémentaires se sont enchaînées :

- D'abord une table ronde suivi de trois communications autour du thème : une éducation au plaisir est-elle envisageable ? Ce sont les universitaires du groupe (Éric, Ghislain et Gilles) qui, après avoir visionné 3 films, ont réagi en fonction de leur sensibilité, de leur conviction et de leur modèle théorique⁹.

- Ensuite une série de communications individuelles pour illustrer certaines pistes. Celles-ci ont permis de repérer les prémices ou la présence d'une éducation au plaisir en EPS :

- Amandine : aérobic, 6^{ème}, piste 6.
- Yvon : Course de ½ fond, 4^{ème}, pistes 4, 6 et 5.
- David : Volley-ball, 2nd, pistes 6, 3 et 7
- Karen : Randonnée 3^{ème} 1, pistes 5 et 6.
- Nicolas : Randonnée, 3^{ème} A, pistes 1 et 5.
- Mehdi : Acrosport, 1^{ère}, piste 3 et 6.
- Denis : Volley-ball, 4^{ème}, les 8 pistes.
- Bruno : Vitesse, 1^{ère}, piste 5.
- Hélène : Gymnastique, 2nd générale, piste 1.
- Christine et Nelly : Gymnastique, collège, piste 6, 2 et 7.

Dans un 3^{ème} temps, des travaux de recherche universitaire ont été présentés :

- « *L'enseignement du Demi Fond, du cross et de la course de durée en EPS au sein de la revue EP.S de 1950 à 2010 : le plaisir au cœur d'un dilemme professionnel.* » (Yvon)

- « *Les plaisirs associés au réinvestissement à l'école d'une discipline nouvelle apprise en formation continue.* » (Marie)

Bilan : une éducation au plaisir de pratiquer

Une éducation au plaisir en EPS est souhaitable

Il ressort de cette table ronde que l'éducation au plaisir est souhaitable à la condition de la considérer sous l'angle de l'éducabilité des personnes et surtout pas comme une éducation normative. Tous les élèves quels qu'ils soient sont éducatibles en général, et éducatibles au plaisir en particulier. D'ailleurs aucun élève ne nous est confié vierge de toute éducation au plaisir. Dès lors il nous revient de renforcer cette éducation de façon à faire des pratiquants à profil hédoniste plus enclins à pratiquer de façon régulière. Mais comment ?

Une éducation au plaisir en EPS est possible

Les illustrations en EPS, en évoquant des liens étroits entre respect des programmes et respect de l'élève, ont montré qu'une éducation au plaisir était non seulement souhaitable mais possible.

L'analyse a posteriori de ces différents diaporamas nous a permis de repérer de nombreuses expressions qui font sens pour les intervenants et de les regrouper dans quatre champs. **Nous les synthétisons dans l'expression : une éducation au plaisir de pratiquer.**

L'éducation au plaisir de pratiquer est donc une éducation physique dans laquelle l'enseignant pourrait :

1. Faciliter et enrichir l'expérience du PLAISIR DE FAIRE, DE REALISER

=> éduquer au plaisir de pratiquer c'est :

- « *éprouver assez rapidement des sensations et des émotions positives* » (Mehdi)
- « *c'est éviter de procurer du déplaisir* » (Mehdi),
- « *ne pas amplifier le déplaisir* » (Yvon),

8) GAGNAIRE P., LAVIE F. (2012), *Comprendre la dynamique plaisir/déplaisir en EPS*, Revue Enseigner l'EPS n° 258, AE-EPS, octobre 2012, p. 17-21.

9) Les théories conatives pour Gilles BUI-XUAN, l'approche interventionnelle pour Ghislain CARLIER et praxéologique de type systémique pour Eric DUGAS.

- « s'appuyer sur le plaisir que les élèves éprouvent » (Amandine),
- « permettre à chacun d'éprouver du plaisir » (Amandine),
- « trouver du sens par et pour le jeu » (David),
- « respecter les intentions mobilisées par les élèves et le sens qu'ils accordent à leur l'activité » (David),
- « faciliter la mobilisation, la réussite des élèves » (David),
- « ne pas renforcer le sentiment d'incompétence » (Bruno),
- « partir de ce que sont et font les élèves » (Bruno),
- « le stimuler en faisant vivre et en accentuant le caractère « exceptionnel » de certaines expériences » (Karen),
- « impliquer activement les élèves dans l'élaboration du projet » (Karen),
- « faciliter l'accès à des sensations/perceptions émotionnelles » (Christine, Nelly),
- « respecter les mobiles d'agir et besoin des élèves » (Christine, Nelly),
- « prise en compte des préoccupations des élèves » (Nicolas),
- « éviter la monotonie » (Nicolas),
- « favoriser le libre arbitre » (Nicolas),
- « donner l'occasion à chacun de « goûter » les différents « jeux » universels que cachent les pratiques » (Nicolas),
- « respecter le droit de « pas aimer » (Nicolas),
- « débloquer un élève qui a vécu une situation traumatisante » (Hélène)
- « travailler de manière autonome par petits groupes » (Hélène)

Pour l'élève c'est découvrir et éprouver des sensations et des émotions positives liées aux conduites ludomotrices.

2. Favoriser la prise de conscience du PLAISIR/DEPLAISIR RESENTI

=> éduquer au plaisir de pratiquer c'est :

- « faire prendre conscience des progrès, des réussites » (Yvon),
- « obtenir la reconnaissance de ses pairs » (Amandine),
- « valider un niveau de réussite » (David),
- « vouloir marquer les élèves pendant, avant et à cause de l'avant » (Karen),
- « faire vivre une expérience émotionnelle qui laisse des traces » (Christine, Nelly)
- « revenir sur des souvenirs de plaisir éprouvé » (Nicolas)
- « apprendre en faisant et avoir un retour direct sur sa prestation et la façon d'être jugé » (Hélène)

- « identifier le ressenti des élèves lié à l'activité » (Hélène)

Pour l'élève c'est renforcer les traces affectives et cognitives afin d'augmenter sa puissance d'exister.

3. Entretenir et cultiver le PLAISIR D'AGIR

=> éduquer au plaisir de pratiquer c'est :

- « revenir au sens ludique de l'activité sportive » (Yvon),
- « autoriser des cheminements différents » (Yvon),
- « transformer l'activité en jeu » (Amandine),
- « faire évoluer les élèves selon un curriculum d'intentions » (David),
- « favoriser l'utilisation de repères auto-référencés plutôt que des repères externes » (Bruno),
- « prendre en compte différentes émotions positives, différentes formes de plaisir et supprimer ce qui crée du déplaisir » (Karen),
- « construire un sentiment de maîtrise et de confiance en soi » (Christine, Nelly),
- « l'échauffement devient un moment ludique » (Hélène)
- « ne pas casser une dynamique tout en imposant sa direction et en permettant les progrès » (Hélène)
- « conserver la possibilité qu'a chacun d'éprouver des sensations » (Hélène)

Pour l'élève c'est accéder à un plaisir d'agir plus construit, plus élaboré, plus complexe afin d'alimenter sa puissance d'agir.

4. Aider à projeter du PLAISIR D'AGIR, DE PRATIQUER

=> éduquer au plaisir de pratiquer c'est :

- « donner l'espoir de réussir quelque chose d'ambitieux » (Mehdi),
- « permettre aux élèves de réaliser leurs propres projets » (Yvon),
- « passer d'une forme de plaisir à une autre, plus élaborée » (Amandine),
- « projeter une réussite future accessible » (Amandine),
- « Accéder à un niveau de réussite supérieur » (David),
- « permettre l'élaboration d'un projet de réussite » (Bruno),
- « faire participer à différents rôles et donner des responsabilités » (Karen),
- « susciter de l'impatience, de l'envie, et ainsi construire un plaisir futur issu du travail en amont » (Karen),
- « une émancipation contrôlée permettant à chacun d'évoluer à son rythme » (Hélène)

Pour l'élève c'est accorder du sens à l'effort en vue d'augmenter sa puissance d'agir et d'exister.

Essai de définition : L'éducation au plaisir de pratiquer est l'ensemble des processus et des procédés qui permettent à tout individu d'augmenter sa puissance d'agir et d'exister. En EPS, elle permet d'accéder progressivement à une culture corporelle.

Une pédagogie centrée sur le plaisir des élèves en EPS

Elle nécessite d'articuler les apprentissages proprement dits en EPS et l'éducation au plaisir de pratiquer. Chaque piste contient donc un aspect de cette articulation.

1. Tisser des relations humaines bienveillantes et émancipatrices

Articuler enseignement/apprentissages en EPS et éducation au plaisir de pratiquer nécessite une intervention qui crée des conditions matérielles (confort et dispositifs) et humaines garantissant un certain bien-être.

L'enseignant est-il sensible au plaisir/déplaisir de ses élèves ? De quelle manière ? L'élève se sent-il exister aux yeux du prof et des autres ?

Dans quelle mesure, ai-je réussi à établir un dialogue avec chacun de mes élèves et à construire pour la classe un environnement sécurisant ?

Etc.

2. Favoriser une réussite quasi immédiate pour entretenir en permanence un espoir de réussite

Articuler enseignement/apprentissages en EPS et éducation au plaisir de pratiquer passe par une intervention qui inscrit des réussites dans l'expérience vécue des élèves. Partir de l'expérience pour la faire évoluer positivement. Reconnaître son plaisir et en prendre conscience pour préparer les élèves à projeter du plaisir.

Les expériences antérieures négatives sont-elles prises en compte ? Les réussites sont-elles effectives, repérées et validées ? De quelles manières ?

Mon intervention permet-elle à chaque élève d'envisager des réussites assez rapides dans sa pratique afin de générer et dynamiser son envie d'agir ? Y a-t-il des réussites plus difficiles envisageables et réalisables par l'élève ?

Etc.

3. Ajuster l'enjeu du jeu au niveau des élèves

Articuler enseignement/apprentissages en EPS et éducation au plaisir de pratiquer peut passer par des aménagements du jeu voire par des pratiques scolaires alternatives de l'APSA favorisant une mobilisation des élèves.

Le plaisir de jouer dans cette activité est-il réel?... est-il conservé? Est-il réhabilité? Etc.

Si oui, des évolutions du jeu sont-elles prévues? Lesquelles? Si non, des solutions alternatives dans la pratique sont-elles envisagées?

Comment faire vivre au plus tôt aux élèves le sens originel de l'activité? Et comment adapter cet enjeu à chaque étape pour mieux les mobiliser?

Etc.

4. Aborder l'activité en prenant en compte les préoccupations des élèves

Articuler enseignement/apprentissages en EPS et éducation au plaisir de pratiquer nécessite de partir de ce que les élèves sont et de ce qu'ils font et non pas de ce que l'on voudrait qu'ils soient et qu'ils fassent. Permettre à chacun de faire l'expérience d'un plaisir d'agir dans chaque pratique avant d'être confronté à des situations décontextualisées.

Différents désirs et/ou mobiles des élèves sont-ils repérés, respectés, pris en compte?

Est-ce que je tiens compte des différents besoins, sensibilités, conations de mes élèves pour mieux les mobiliser?

Etc.

5. Valoriser aussi bien l'autodétermination que la mutualisation

Ici l'implication est première. Articuler enseignement/apprentissages en EPS et éducation au plaisir de pratiquer nécessite que l'élève devienne co-auteur de soi-même et qu'il assume une responsabilité au service du collectif.

Les élèves subissent-ils l'enseignement ou ont-ils une marge de manœuvre? L'élève accepte-t-il de différer progressivement son plaisir? De consentir des efforts?

Une autonomisation est-elle envisagée? Existe-t-il des émotions positives liées à un projet collectif?

Comment favoriser et valoriser une réelle autonomie des élèves? Comment solliciter leur activité adaptative? Comment instituer de l'interdépendance facilitant les interactions coopératives?

Etc.

6. Faire vivre des expériences marquantes

Articuler enseignement/apprentissages en EPS et éducation au plaisir de pratiquer consiste à s'appuyer sur les émotions et les sensations des élèves pour faciliter leur mise en projet de plaisir.

Les émotions et les sensations sont-elles recherchées et valorisées?

Comment toucher émotionnellement mes élèves pour les rendre plus disponibles aux apprentissages visés? Quels outils proposer?

Etc.

7. Proposer des contenus en phase avec le niveau d'adaptation de l'élève

Pour cette 7ème piste, articuler enseignement/apprentissages en EPS et éducation au plaisir de pratiquer c'est renforcer un plaisir ordinaire et le faire évoluer vers un plaisir construit, plus élaboré et plus complexe.

Une optimisation du plaisir de l'élève est-elle recherchée?

Comment faire progresser les élèves sans « brûler » les étapes pour ne pas diminuer leur envie d'apprendre? Comment permettre à l'élève d'être efficace dans ce qu'il fait, de devenir très expérimenté dans son propre niveau? Comment optimiser ce que savent déjà faire les élèves pour faciliter leur changement de niveau?

Etc.

8. Permettre à l'élève de repérer et capitaliser ses progrès

Pour cette 8ème piste, articuler enseignement/apprentissages en EPS et éducation au plaisir de pratiquer c'est permettre à l'élève de reconnaître son plaisir, le situer sur une échelle, le comparer à d'autres expériences. Autrement dit, c'est aussi travailler sur la satisfaction et l'insatisfaction.

Le plaisir et le déplaisir de pratiquer des élèves sont-ils régulièrement identifiés et réinterrogés après l'action? De quelles manières?

Comment faire prendre conscience à l'élève de ses résultats, de ses performances et de ses progrès? Comment lui permettre et l'aider à en garder la trace?

Etc.

Conclusion : une éducation au plaisir de pratiquer ici et maintenant pour ailleurs et plus tard

Conclusion : une éducation au plaisir de pratiquer ici et maintenant pour ailleurs et plus tard.

A la fin du séminaire de 2012, concernant l'éducation au plaisir, nous concluons : « Cette éducation nous semble pouvoir prendre plusieurs directions : la connaissance et l'élargissement de ses propres sensibilités au plaisir d'agir (méta-plaisir), la prise de conscience des émotions vécues dans l'expérience passée (satisfaction), l'évolution des préoccupations du sujet liées au plaisir d'agir

immédiat (tendances, conations), l'élaboration d'un projet d'action (plaisir différé) et l'acceptation à différer progressivement son plaisir (effort consenti) ».

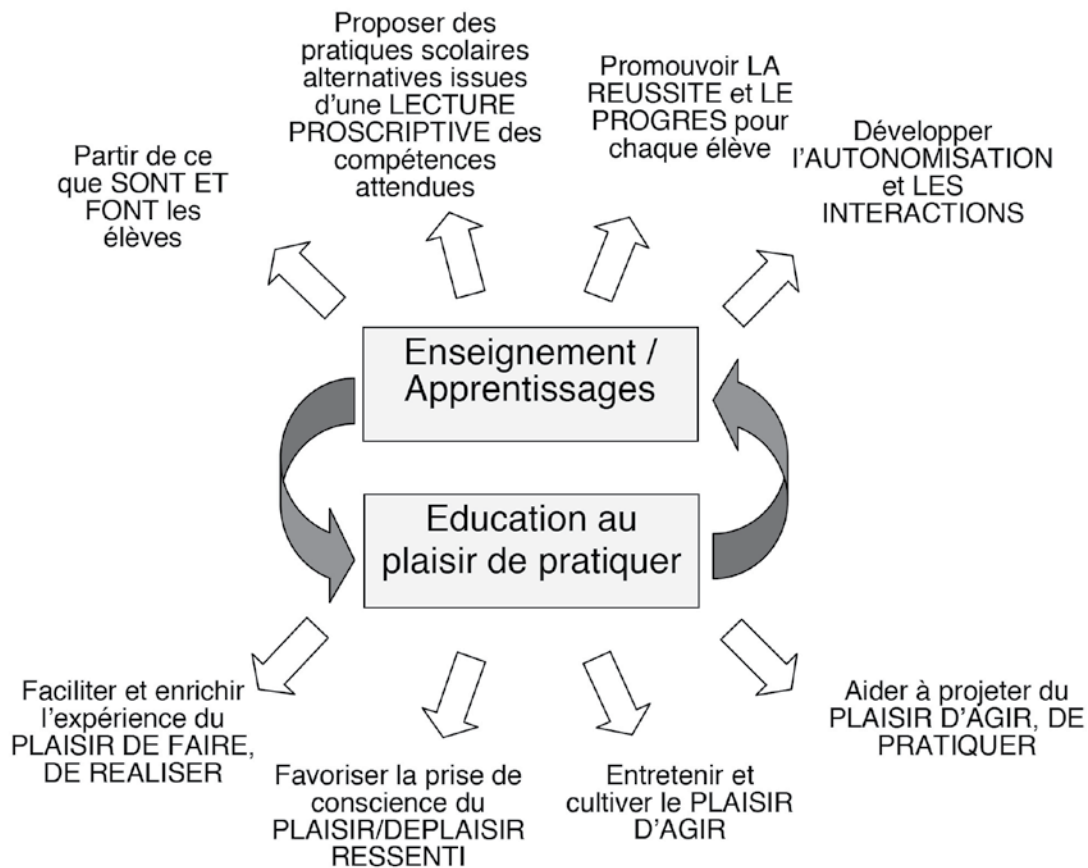
Le séminaire 2013, confirme ces réflexions tout en les précisant. In fine, parce qu'elle est une forme de « préparation à l'effort », l'éducation au plaisir de pratiquer devrait être la visée essentielle de l'Education Physique et Sportive.

Bien qu'il soit difficilement possible de rendre compte de la grande diversité et

richesse des échanges, le tableau ci-dessous montre une synthèse des différents apports de ce week-end de travail.

Cependant notre travail n'est pas achevé. Si le plaisir se réalise, alors il convient de poursuivre la réflexion sur les curricula : des plaisirs primaires aux plaisirs les plus subtils, l'élève suit un curriculum de plaisir de pratiquer ; concomitamment l'enseignant suit un curriculum de procuration de plaisir qui doit s'accorder avec le curriculum de plaisir de l'élève¹⁰.

10) BUI-XUAN G. (2011), *Le plaisir, un fait conatif total*. In G. HAYE (Coord.), *Le plaisir*. Collection Pour l'Action, Edition EPS



UCL



Vers une éducation au plaisir de pratiquer Orientations et pistes pédagogiques

Colloque du groupe ressource « plaisir » de l'AE-EPS

Faculté des Sciences de la Motricité - Université Catholique de Louvain

Louvain-la-Neuve - Samedi 22 mars 2013

L'objectif de ce colloque est d'engager la communauté des enseignants, des chercheurs et des formateurs à communiquer leurs travaux et à susciter le débat autour de l'éducation au plaisir de pratiquer les activités physiques sportives et artistiques à l'école mais aussi « après l'école ».

L'expérience du groupe ressource « plaisir » de l'AE-EPS et ses productions seront confrontées à des contextes internationaux variés. Des universitaires étrangers francophones (québécois, belge et suisses) seront invités à traiter de questions liées à une vision constructive et positive de l'enseignement.

Le public sera composé d'adhérents membres ou non du groupe ressource « plaisir » de l'AE-EPS, d'étudiants belges en éducation physique, de collègues maîtres de stage en éducation physique, de formateurs en hautes écoles ou à l'université et de doctorants de l'école doctorale « didactique des disciplines ».

[Voir détail du programme p. 29](#)