

# Le combiné athlétique : Evitez les contrefaçons !

---

Ghislain Hanula, professeur d'EPS

Collège Commandant Cousteau à Rognac, Cedreps Aix-Marseille

## Introduction

Depuis la rentrée 2016 en athlétisme, les acquisitions de fin de cycle au collège s'appuient sur des épreuves combinées. Dans le CA1, en cycle 3 est attendue une combinaison entre une course, un saut et un lancer pour réaliser la meilleure performance cumulée. En cycle 4, l'élève doit faire des choix pour réaliser la meilleure performance dans au moins deux familles athlétiques. Ce passage obligé par des familles athlétiques différentes est censé rompre avec la surreprésentation du demi-fond dans les programmations où les sauts et les lancers ont presque disparu. Cette volonté des programmes a pour vocation de peser sur les pratiques enseignantes pour un enseignement athlétique plus diversifié, ne se limitant plus uniquement à des cycles de course à pied. Nous retrouvons cette idée de « combiné » sous une autre forme dans les deux styles de nage attendus en natation (fin de cycle 4) pour réduire l'omniprésence de l'enseignement du crawl. Cette « nouveauté » dans l'approche de l'enseignement de l'athlétisme au collège a donné lieu à des interprétations et à des propositions professionnelles auxquelles nous avons souhaité réagir en les interrogeant du point de vue des orientations défendues par le CEDREPS. L'objet de cet article est de porter un regard critique sur ces approches et de proposer d'autres perspectives s'appuyant sur le ciblage d'un OE accessible à toutes et tous et en cohérence avec le fonds culturel du combiné athlétique.

## PARTIE 1 : APPROCHE CRITIQUE DE L'EXPRESSION « ÉPREUVE COMBINÉE »

Quelle(s) pratique(s) sociale(s) prendre en référence ?

**Constats :** mandatés par nos IPR pour proposer des pistes aux collègues de l'académie d'Aix-Marseille dès le printemps 2016, nos réflexions se sont inspirées des épreuves combinées de l'athlétisme fédéral qui associent dès le plus jeune âge différentes disciplines athlétiques : saut en hauteur, lancer de poids, 1000m, saut en longueur, 50m haies, relais... Les jeunes athlètes sont initiés à l'athlétisme en combinant les différentes familles et peuvent parfois choisir eux-mêmes les types de course, de saut et de lancer parmi différents possibles. En fonction de leurs performances, un nombre de points leur est attribué. Cette pratique polyvalente, directement inspirée du décathlon, est le choix réalisé par la FFA pour toutes les jeunes catégories, les épreuves combinées devenant ensuite une discipline à part entière avec l'heptathlon pour les femmes (7 épreuves) et le décathlon (10 épreuves) pour les hommes. Cependant, à la même période ont émergé d'autres propositions de collègues s'inspirant d'autres pratiques sociales comme le biathlon combinant originellement ski de fond et tir, mais transformées en associant course de demi-fond avec du tir ou du lancer. Au même moment, dans un esprit similaire, l'UNSS a ajouté une nouvelle discipline combinant course à pied et tir au pistolet laser (« laser run ») sollicitant des qualités d'endurance, d'agilité et de concentration. Cette pratique s'inscrit alors dans la partie « innovation » du projet « AIR » (Accessibilité, Innovation et Responsabilité), l'objectif étant d'obtenir l'adhésion du plus grand nombre en expérimentant des pratiques censées répondre aux attentes de la culture jeune. Depuis apparaissent en EPS, des formes de combiné associant course de demi-fond et épreuve de tir de précision nécessitant de la concentration comme le tir à l'arc, le lancer de balle dans une cible, la pétanque ...

Ainsi, les épreuves combinées du CA1 ont donné lieu à deux types d'interprétations sur le terrain prenant comme référence deux pratiques sociales différentes : le combiné athlétique et le biathlon.

### Épreuves combinées et biathlon, des points communs ?

- **Décompte du score :** dans ces deux pratiques sociales de référence, au moins deux activités sont associées. Mais dans le cas des épreuves combinées, les résultats des épreuves sont cumulés (1+1+...) alors que dans le cas du biathlon, il n'y a qu'un seul résultat, celui de l'effort d'endurance

(activité principale) qui sera plus ou moins impacté selon les échecs au tir (1 avec 1 et dépendant de lui).

- **Type d'affrontement** : ce sont deux sports individuels (même si une possibilité de relais existe en biathlon), mais dans le cas de l'athlétisme, l'affrontement en concours (sauts et lancers) est différé dans le temps alors qu'en biathlon, l'affrontement est toujours direct.
- **Problème posé à l'athlète** : il y a un fort impact énergétique dans ces deux sports entre les pratiques combinées avec un temps de récupération contraignant obligeant les athlètes à rester lucides et concentrés malgré l'apparition de la fatigue. Cependant, ce faible temps disponible pour récupérer est imposé en athlétisme alors qu'en biathlon, il est géré par l'athlète pendant et entre ses efforts d'endurance. Dans les deux cas, la dépense énergétique interfère avec la performance de(s) l'autre(s) activité(s), il est hautement improbable qu'un décathlonien batte son record personnel sur 1500m à l'issue de 2 jours d'épreuves.
- **Les épreuves combinées** : la combinaison entre au moins une course et un lancer semble faire consensus entre les épreuves combinées et les pratiques inspirées du biathlon. Mais en ce qui concerne le lancer, dans un cas, la distance sera recherchée alors que dans l'autre ce sera la précision. Même si, en athlétisme un minimum de précision est attendu dans les concours avec des cages et des aires qui définissent des angles, elle n'en constitue pas l'essence.
- **La meilleure performance possible** : les sportifs se mobilisent dans ces deux pratiques pour se dépasser et/ou dépasser les autres. Pour ce faire, ils doivent gérer leur effort pour ne pas compromettre la suite des épreuves à réaliser en restant dans une zone d'effort d'intensité optimale. Ils doivent ainsi éviter d'entrer dans la « zone rouge » qui risque d'interférer et de conduire à une perte d'efficacité dans les épreuves suivantes. Cependant, dans le cas du biathlon, le problème fondamental se situe davantage dans la gestion de l'interférence entre un effort physiologique d'endurance avec une ressource cognitive liée à la concentration. Alors que dans le cas des épreuves athlétiques, les types de ressources physiologiques sollicitées (force, vitesse, résistance...) sont plus homogènes, car orientés vers la production d'énergie.

#### Des éléments qui coïncident !

- **Types de motricité de lancer** : cette différence d'objet entre précision et distance a des conséquences sur le type de motricité requise. Par exemple, l'allongement du chemin de lancement avec la position de profil ne sera pas forcément appliqué pour un lancer de balle dans un cerceau. À titre de comparaison, les postures adoptées lors des championnats de fléchettes sont toutes à l'amble. Cette motricité pour une activité de précision, même si elle peut constituer un objet d'enseignement en tant que tel, n'a que très peu de rapport avec le CA1 où l'on recherche à produire une performance maximale avec la construction de la vitesse du bras lanceur. Avec un tir ou un lancer de précision, nous sommes bien loin de l'esprit du CA1 avec des élèves qui n'ont pas nécessairement besoin de rompre avec leur motricité quotidienne pour réussir.
- **Le sens des épreuves** : les épreuves combinées et le biathlon ont une différence sur le type de pratiques qui sont associées. Dans le cas de l'athlétisme, les pratiques sont toutes finalisées par la recherche de performances maximales dans différents gestes fondamentaux nécessitant la création de postures et d'alignements permettant la transmission des forces. Alors que dans le cas du biathlon, les types de pratique n'ont pas d'objets d'enseignement commun. L'élève doit combiner une gestion d'effort d'endurance avec une épreuve de concentration. Dans un cas, l'élève combine pour produire plus d'énergie, dans l'autre, il doit gérer le contraste entre production et contrôle.
- **Type de dépendance entre les épreuves** : dans le cas du biathlon et des formes qui en découlent, il y a une pratique d'endurance principale dont le temps ou la distance à réaliser sera dépendante des succès et échecs de l'épreuve secondaire. Ainsi, un biathlète en échec dans l'épreuve secondaire se verra infliger une rallonge de distance dans son épreuve d'endurance avec des tours de pénalité. Cette donnée renforce l'importance de l'objectif de contrôle souhaité dans cette pratique. Mais au final, c'est un principe de double peine qui est infligé à l'élève. Il représente à nos yeux une impasse en termes de bienveillance éducative. Nous sommes face à

un cas typique d'importation de pratique sociale sans la passer au filtre de valeurs éducatives fondamentales comme le droit à l'erreur.

- **Le choix de forme pour plaire aux élèves plutôt que du fonds :** La nouveauté au service de l'adhésion des élèves comme c'est le cas dans l'axe « innovation » en UNSS ne nous semble pas un bon message envoyé aux élèves pour les leçons d'EPS. Trop de propositions à nos yeux s'appuient sur des subterfuges pour finalement « motiver » les élèves à courir. L'activité secondaire devient alors un prétexte ludique pour engager tous les élèves dans une pratique du demi-fond habituellement peu enthousiasmante. Par exemple, certaines propositions circulent notamment en cycle 3 sur la combinaison entre du demi-fond avec un jeu de morpion ou de Mastermind®. Cette combinaison au demeurant sympathique nous laisse perplexes pour répondre culturellement aux AFC du champ 1.

Si miser sur la dimension ludique de la pratique proposée est un moyen de rallier certains élèves à tendance décrocheurs, nous mettons en garde contre une EPS à vocation d'animation. À l'occasion de divers échanges en FPC dans notre académie et en dehors, nous avons été étonnés de l'entrain suscité par les pratiques inspirées du biathlon au motif qu'elles plaisent aux élèves. La récréation et les jeux vidéo leur plaisent aussi. La mise en activité de tous les élèves est certes un motif de satisfaction pour l'enseignant, mais ne représente qu'une étape qui précède celles des apprentissages. Si la conception de formes de pratiques scolaires est un processus compliqué, car prenant en compte divers paramètres contextuels, culturels et scolaires, elle doit aussi s'accompagner de petites boucles permettant à tous les élèves de réaliser des pas en avant moteurs. Le biathlon en soi n'est pas dénué d'intérêt éducatif, avec certaines adaptations scolaires, nous pensons qu'il est même possible d'en dégager des objets d'enseignement intéressants. Cependant, nous sommes opposés à l'amalgame entre combiné athlétique et biathlon au prétexte que toutes deux « combinent » des épreuves. Ce compromis dépasse la ligne jaune au même titre que celui d'annoncer que l'acrosport est une pratique relevant du monde artistique. Le terme d'épreuves combinées nie les différences du point de vue du fonds culturel, introduit une confusion et ne met en avant que des analogies de formes.

#### Les positions du CEDREPS :

- Un ancrage culturel fort : la forme de pratique proposée doit s'inscrire en phase avec le sens anthropologique de l'athlétisme : courir plus vite, sauter plus haut/plus loin, lancer plus loin. Le champ d'apprentissage n°1 s'inscrit dans la tradition des pratiques recherchant le dépassement de soi et/ou des autres à travers la production de coordinations visant des performances maximales. Même si les pratiques qui se centrent sur la recherche du contrôle ont un intérêt éducatif certain, elles ne rentrent pas dans la perspective du CA1.
- Le ciblage d'un objet d'enseignement : si une forme de combiné est retenue, elle ne doit pas se faire au seul bénéfice de l'adhésion des élèves. Il s'agit juste d'une étape. Un ou des objets d'enseignements doivent être dégagés pour permettre aux élèves de se mettre en projet, d'apprendre pour davantage performer.
- La recherche de pas en avant moteurs : les pratiques proposées doivent créer les conditions pour que les élèves développent une activité adaptative permettant de rompre avec leur motricité habituelle pour acquérir des compétences dans différents gestes athlétiques fondamentaux. Faire réussir les élèves sans qu'ils aient à sortir de leur zone de confort n'est pas une option retenue par le CEDREPS.

## PARTIE 2 : PROPOSITION / DES PISTES PROMETTEUSES POUR CONSTRUIRE UNE FPS DE TYPE « COMBINÉ ATHLÉTIQUE »

Adapter les contraintes pour faciliter apprentissage et enseignement FPS

- **Diminuer les contraintes matérielles :** un des principaux reproches des collègues concernant le combiné athlétique repose sur l'éparpillement lié à la pratique de plusieurs disciplines. Ce fait d'ajouter une ou deux pratiques réduit d'autant le temps d'apprentissage. Ainsi, pour contourner cette difficulté, il semble que certaines disciplines athlétiques soient plus simples à mettre en place, car nécessitant moins de matériel ou d'aménagement. Par exemple, nous

préférons le saut en longueur au triple saut, car la planche sera au même endroit pour tous les élèves, le sprint ou le demi-fond aux haies et au relais, le vortex plutôt que le javelot pour des raisons sécuritaires, etc.

- **Simplifier les prises de performance** : si la classe est divisée en sous-groupes avec des élèves chargées de noter les performances, l'unité de mesure peut être simplifiée à des plots à franchir plutôt qu'à des mesures au centimètre. Cette matérialisation par des plots ou des zones peut être utilisée également pour les courses. L'idée est de rendre autonomes les élèves avec un système de mesure accessible leur permettant d'échanger facilement en réduisant les contestations.
- **Cibler des contenus** : le temps réduit passé sur chaque pratique va avoir une influence directe sur le nombre de thèmes de travail abordés. Ainsi, selon la durée du cycle, il ne sera pas pertinent d'ouvrir de nombreux chantiers. Un nombre réduit de contenus communs devrait être sélectionné en fonction des caractéristiques motrices et sociales observées. Des marges d'adaptation pourront bien entendu être envisagées pour différencier ces contenus en fonction des élèves. Par expérience, en FPC, ce point essentiel paraît logique, mais peine concrètement à être conçu et planifié. Il suppose une lecture outillée de la motricité des élèves à partir de laquelle un ensemble de points positifs et négatifs est dressé. Et à partir de ces derniers, une hiérarchie des problèmes à traiter est réalisée à partir de laquelle les thèmes de travail sont retenus, d'autres sont écartés. En fait, c'est ce même travail qui est demandé aux candidats des concours au CAPEPS et d'agrégation à partir d'analyses vidéo.
- **Choix de critères d'observation précis et en nombre réduits** : si l'enseignant décide d'organiser la classe en ateliers, les élèves devront être en mesure d'interagir sans lui. Les indicateurs possibles sont multiples et devront faire l'objet d'une sélection permettant l'autonomie des élèves. Par exemple en lancer de vortex, la jambe avant, l'orientation du vortex avant le lancer, le trajet de la main lanceuse, l'angle d'envol, le rôle du bras non-lanceur, le retard du haut sur le bas sont autant d'éléments parmi lesquels un choix devra être fait. Au regard du thème de travail retenu, l'enseignant pourrait se servir d'un indicateur simple traduisant le critère retenu permettant l'interaction entre pratiquants et coaches.

Une FPS qui renvoie à des valeurs éducatives

- **Un système d'évaluation autoréférencé** : l'athlétisme à l'école est historiquement la pratique emblématique qui classe et hiérarchise les élèves par rapport à leurs performances converties en notes. La démobilisation de certains qui peut en découler pourrait être contournée par un système d'évaluation autoréférencé. Ainsi, quel que soit le niveau de ressource disponible, chaque élève pourrait être en mesure de réaliser une performance optimale, « sa » performance. La réussite devient ainsi accessible à toutes et tous à condition d'efforts et de persévérance. Ce postulat repose sur une estimation fiable du potentiel des élèves. Ces dispositifs n'existent pas dans l'absolu, mais se réfèrent à des objets d'enseignement particuliers. Par exemple, en lancer de vortex, ce dispositif peut être différent selon qu'on prévoie de les faire lancer avec ou sans élan à la fin du cycle : lancer sans élan pieds joints, sans élan de profil, avec élan, avec une balle lestée... tout dépendra du thème d'apprentissage prévu en amont.
- **Organiser la classe en équipes** : d'une pratique individuelle n'encourageant pas automatiquement les encouragements et l'entraide, il est possible de créer des conditions plus solidaires à partir de la création d'équipes. Dans le cas de performances autoréférencées, la question de la constitution d'équipes affinitaires ou de niveaux devient caduque dans la mesure où tous les élèves ont une chance objective de « performer ». Cependant, il ne suffit pas de distribuer des dossards pour créer un sentiment d'appartenance. Les élèves d'une même équipe doivent trouver un intérêt à s'entraider. Une sorte de bonus collectif atteignable grâce à un minimum de contrats remplis dans les objectifs individuels d'une équipe pourrait devenir un moyen judicieux pour créer les conditions d'une réelle solidarité.
- **Rendre la pratique authentique et équitable** : l'idée du biathlon d'enchaîner une épreuve de demi-fond avec du lancer ou du saut pourrait constituer une démarche intéressante à la condition que les épreuves secondaires conservent une finalité athlétique à savoir lancer ou sauter le plus loin possible pour rester dans les attendus du champ 1. Débarrassée des tours de

pénalité, l'épreuve de course s'avérerait plus équitable sur un temps commun plutôt que sur une distance afin de solliciter les élèves sur une même durée d'effort. En effet, dans le cas d'une distance fixe, les élèves à plus faible potentiel courent plus longtemps.

Une mise en projet des élèves avec des choix à réaliser :

Au cycle 4, il est attendu des élèves qu'ils fassent des choix dans leur combiné pour réaliser la meilleure performance possible. Limiter le choix des élèves à des pratiques parmi un panel possible (par exemple 2 pratiques sur 3 possibles) nous paraît réducteur et difficile dans la mise en œuvre dans le contexte classe. Des pistes plus engageantes semblent liées au choix de mêmes pratiques pour tous. Arrêtons-nous ici sur des pistes possibles.

- Accorder un coefficient supérieur dans la notation à une pratique dont le résultat sera davantage valorisé que l'autre (ou les autres). Chaque élève choisirait ainsi sa spécialité. Il n'est pas obligatoire de passer par des coefficients, nous pouvons par exemple prendre la 3<sup>e</sup> ou 4<sup>e</sup> meilleure performance dans la spécialité retenue et le record dans l'autre. En effet, si un élève se considère comme « spécialiste » dans une pratique, alors il devrait être en capacité de reproduire un bon niveau de performance à chaque fois, ainsi sa 3<sup>e</sup> ou 4<sup>e</sup> meilleure performance ne devrait être pas trop éloignée de son record.
- Les dernières études sociologiques<sup>2</sup> montrent que la jeunesse qui s'auto-organise dans le loisir sportif à l'adolescence attribue d'autres mobiles que celui d'une culture sportive uniquement compétitive où l'on se compare à une norme externe (le barème ou les autres). Ces enquêtes précisent que les adolescents recherchent aussi des défis, de la sociabilité, du dépassement, du jeu aux limites et que même si l'appétence pour la compétition diminue avec l'âge, elle n'en reste pas moins présente chez certains. Aussi, il apparaîtrait intéressant de demander aux élèves de s'engager sur un mobile avant de réaliser le combiné. Ces derniers peuvent être au choix parmi divers possibles comme :
  - Le mobile compétition : la possibilité serait donnée à chaque élève d'affronter un autre élève consentant sur une des pratiques du combiné (ou tout le combiné). Le vainqueur verrait sa note valorisée. Cependant, cette compétition aurait le défaut de n'opposer que des élèves d'un niveau équivalent. Aussi, dans la perspective d'un dispositif avec autoréférencement, tous les affrontements deviendraient possibles grâce à des objectifs individuels calculés sur la base des potentiels de chacun. Par exemple, pour deux élèves qui choisiraient de s'affronter sur la partie demi-fond du combiné, un élève de VMA 11 Km/h aurait une chance objective de vaincre un élève de VMA supérieure si tant est qu'il coure à une plus haute intensité. La compétition deviendrait alors équitable. Elle pourrait être simplifiée par un nombre de plots individuels à franchir en un temps donné. Par exemple, l'élève à 11 Km/h de VMA devrait faire 10 plots (espacés tous les 50m) en 3' alors qu'un élève à 15 devrait en faire 14. Si le premier atteint son contrat de 10 plots alors que le 2<sup>e</sup> n'en franchit que 13, alors le 1<sup>er</sup> remporterait le duel.
  - Le mobile coopération : ce mobile score très haut dans les résultats de la quasi-totalité des études sociologiques qui évaluent l'engagement des adolescents dans la pratique sportive. Un problème se pose toutefois concernant son adéquation avec la finalité de dépassement du champ 1. Dans cette perspective, il est envisageable de proposer aux élèves qui le souhaitent de réaliser leur combiné en binômes et de « performer » ensemble (courir ensemble, lancer ensemble...). Leur challenge serait validé si les deux réussissent. Bien entendu, leurs contrats devraient être équivalents.
  - Le mobile dépassement : nous pouvons offrir la possibilité aux élèves de déterminer la pratique sur laquelle à l'issue du cycle d'apprentissage ils pensent pouvoir dépasser leur cible. Cela suppose que l'élève se connaisse suffisamment pour prédire la pratique où il a le plus progressé.
  - D'autres mobiles comme la maîtrise technique, du temps et/ou de l'espace pourraient être proposés pour permettre à chaque élève de trouver la voie permettant de donner du sens à son engagement. Cependant, il faut garder à l'esprit que, étant dans le champ 1, chaque mobile est conditionné par la devise athlétique *citius, altius fortius*. Charge à l'enseignant de définir des objectifs atteignables, mais authentiques garantissant que chaque élève ait une cible adaptée à son niveau réel (ni trop haute ni trop basse).

Dans la perspective de proposer des mobiles différents aux élèves, il faudrait prendre garde de ne pas enfermer certains élèves dans des cases (la compétition pour les garçons, la sociabilité pour les filles...) au risque de renforcer les stéréotypes. Aussi, il semble judicieux de faire tester aux élèves les différents mobiles dans l'itinéraire de la séquence.

## Conclusion :

Nous avons souhaité dans cet article faire un point sur les propositions qui se développent suite aux interprétations des AFC sur le combiné athlétique du champ 1 au collège. De nombreuses impasses culturelles, éducatives, motrices guettent les équipes désireuses de donner corps à des pratiques répondant à ces obligations. Notre position à cet égard est que tout combiné n'est pas combiné athlétique et qu'il faut se garder de tomber dans le piège d'associer deux épreuves juste pour faire adhérer les élèves en créant du nouveau. Nous devons dépasser les effets de mode en faisant un réel travail didactique ne se limitant pas uniquement à des aspects de forme. L'esprit du CA1 doit y être conservé avec un engagement des élèves au service de la réalisation de performances maximales (au regard de leurs ressources). De surcroît, cet engagement prendra d'autant plus de sens qu'il permettra aux élèves de choisir le mobile qui donne de l'énergie à leur investissement.

---

<sup>1</sup> Rapport IGEN. *La situation de l'EPS au collège en 2016. Quelques repères*. Juin 2016

<sup>2</sup> Travert M., Gatouillat C., *L'engagement des élèves en EPS : les rapports aux cultures sportives*, Dossier EPS 85  
L'engagement de l'élève en EPS, 2018