

# LE COMBAT MIXTE EN EPS : UN SPORT ÉDUCATIF ACCEPTABLE ?

Alors que les sports de combat proposés dans les pratiques universitaires évoluent, l'auteur interroge les possibilités d'une scolarisation du combat mixte. Plaidoyer pour les uns, refus pour d'autres : faut-il esquisser le débat ?



1. High-kick, jambe arrière défendue par blocage

caillif comme en témoigne la place qui leur est désormais accordée dans les cursus scolaires. Moyennant certains aménagements réglementaires et matériels, nous pensons que le combat mixte, inséré dans arts martiaux mixtes, pourrait susciter l'engagement des élèves et s'inscrire dans une logique d'apprentissage curriculaire visant la maîtrise d'un affrontement individuel.

## Un développement universitaire

Parmi les 25 activités sportives proposées aux étudiants de l'École normale supérieure (ENS) de Lyon, le cours de combat mixte, mêlant apprentissage des techniques de percussion, de projection et de travail au sol (clés

et étranglements) a attiré, en 6 ans, des « élèves combattants » en mitaines, échangeant en boxe pieds-poings puis en châtiment avec une phase de lutte avant de basculer au sol pour tenter des réalisations, qui échoueront peut-être et conduiront l'un des protagonistes à se relever pour enrichir de nouveaux échanges de percussion ? Tel est en son principe le combat mixte. L'histoire, pas toujours glorieuse, de chaque pratique sportive, et les errements de ses pratiquants comme de ses dirigeants, n'ont pas empêché nombre d'entre elles d'être reconnues pour leur intérêt édu-

et étrangement) a attiré, en 6 ans, des « élèves combattants » en mitaines, échangeant en boxe pieds-poings puis en châtiment avec une phase de lutte avant de basculer au sol pour tenter des réalisations, qui échoueront peut-être et conduiront l'un des protagonistes à se relever pour enrichir de nouveaux échanges de percussion ? Tel est en son principe le combat mixte. L'histoire, pas toujours glorieuse, de chaque pratique sportive, et les errements de ses pratiquants comme de ses dirigeants, n'ont pas empêché nombre d'entre elles d'être reconnues pour leur intérêt édu-

En 20 ans, le contenu de ces événements a toutefois bien changé avec l'introduction de catégories de poids, des tests initiaux, des reprises, des tests antidopage... L'ancien « combat libre » s'est sportivisé et est devenu « Arts martiaux mixtes ».

La majorité des nos étudiants avaient ignoré ce caractère spectaculaire mais disent en revanche être attirés par les richesses techniques, stratégiques et ludiques de la discipline. Leurs profils sont variés : certains ont une longue pratique d'un ou plusieurs sports de combat (karaté, judo, jiu-jitsu brésilien, kick-boxing) quand d'autres ont trouvé dans le combat mixte l'occasion d'une première pratique de combat. Ils expliquent leur adhésion à l'activité par différents motifs :

- son caractère complet (zones muscledes renforcées et qualités physiques développées) ;
- la variété des techniques apprises (perussions, projections et soumissions) ;
- la polyvalence du combattant (adaptabilité et flexibilité) ;
- sa dimension ludique (complexité informatique des échanges, incertitude des assauts, renversements fréquents de situation et liberté d'action permise) ;

et sa richesse stratégique (analyse constante de l'évolution du rapport de forces).

Le développement de cette pratique à l'ENS de Lyon n'a rien d'un épiphénomène et s'inscrit dans une dynamique bien plus globale d'offre universitaire (Paris 1 et 7, Caen, La Réunion, Evry-Val-d'Essonne avec le premier UE libre combat mixte, IEP de Paris, École de santé des armées). Un premier stage a en outre réuni en avril 2015 à Paris 40 étudiants issus d'une dizaine d'établissements d'enseignement supérieur et la première coupe de France universitaire de Pancrace<sup>3</sup> aura lieu en 2016.

## Les obstacles à la reconnaissance du combat mixte

Aujourd'hui, trois facteurs semblent expliquer le refus de reconnaissance de cette activité :

- l'image persistante des premiers combats télévisés de mixed martial arts exacerbant la transgression des normes et la bestialité, symbolisée par la « cage » dans laquelle se déroule le combat ;
- l'acceptation, dans la version professionnelle, des frappes de poings sur un adversaire au sol, motivant les interdictions répétées du ministère des sports au nom d'une « atteinte à l'éthique et à la dignité de la personne » ;
- une organisation « parachand et médiatique », gouvernée par des sociétés commerciales comme l'UFC dont les combattants sont les salariés, et l'absence de structuration institutionnelle en France<sup>4</sup>, en particulier à la recherche des pouvoirs publics<sup>5</sup> à accorder une délégation et un agrément à une fédération qui encadrerait la discipline, à l'hostilité de certaines fédérations soucieuses de préserver leurs prérogatives et à la concurrence entre plusieurs groupements revendiquant le développement du combat mixte.

## Quel combat mixte en EPS ?

Une réglementation adaptée La pratique universitaire a montré que les obstacles liés à l'éthique et à



2. Projection par saignée leg

intérêt à briser la distance de combat pour initier une phase de lutte débouchant sur une projection. L'élève est ainsi amené à développer un projet d'opposition et à se construire un style de combattant :

- développe un répertoire de conduites sécuritaires, défensives et offensives, réalisées en action (savoir chuter et faire chuter, auto-restreindre l'application de sa force dans le cadre d'une clé articulaire, interrompre immédiatement la pression exercée par un étranglement au signal adverse d'abandon) ;
- Le port des mitaines impose une maîtrise de la puissance et de l'équilibre des frappes de poings. En outre, la gestion du couple risque/sécurité est inhérente à la discipline dans la mesure où certaines techniques de frappe (le coup de pied haut par exemple), qui pourraient s'avérer très efficaces dans l'absolu, exposent l'attaquant à une projection adverse dans le contexte d'un assaut mixte ;
- permet la formation culturelle cultivée, initiée à l'histoire d'événements de combat, ludiques et critiques sur les dérives mercantiles et sensationnalistes de la pratique professionnelle médiatique. L'élève apprendra par exemple que l'origine des combats mixtes réside dans la volonté de combiner les différents styles d'opposition.

## Une offre dans une perspective curriculaire

Soyons clairs : le judo, la lutte et la boxe française (activités classiquement situées dans le second degré) satisfont parfaitement et n'ont pas eu besoin du combat mixte pour se développer. Envisager (ci les enjeux éducatifs spécifiques du combat mixte ne revient en aucun cas à minorer les intérêts respectifs de ces disciplines. Le combat mixte doit être perçu comme une activité à part entière que l'on peut intégrer, à leurs côtés, et non à leur place dans les programmations, en s'appuyant notamment sur certaines acquisitions qu'elles favorisent.

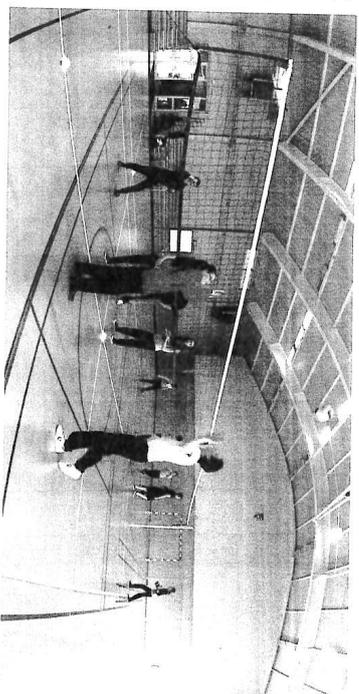
Au collège, l'élève s'est initié aux pratiques de percussion et de projection (savate-boxe française et lutte). Le combat mixte pourra prolonger au lycée ces acquis, en contextualisant par exemple les techniques de pieds-poings et de projection dans un assaut où le danger pourra venir de différents niveaux, armes et préparations. Par le combat mixte, il s'agit également d'offrir à la panoplie technique qui relève des phases de combat qui n'existent pas dans les autres disciplines, comme l'enchaînement pieds-poings/corps-à-corps ou la transition

3. Entraînement sportif en triangle depuis la grande



# LES RÔLES SOCIAUX ONT-ILS UN SEXE ?

Si les enseignants d'EPS sont devenus vigilants pour proposer une offre de formation équilibrée, certains contenus d'apprentissage peuvent encore être étudiés au prisme de la différenciation.



soi/debout. Le travail des transitions est autrement spécifique au combat mixte.

L'association sportive représente également un contexte particulièrement indiqué pour des élèves pratiquant un sport de combat et désireux d'élargir leur panel technique. Notons que l'Ile de la Réunion fait Office de précurseur en proposant des rencontres interétablissements en combat mixte.

Qu'il s'agisse de l'enseignement obligatoire de l'EPS ou de l'association sportive, le combat mixte présente de puissants atouts en vue d'influer positivement la dynamique motivationnelle des élèves, leur engagement et leur plaisir. Par la diversité de ses secteurs d'opposition, le combat mixte permet de mettre en réussite des élèves aux morphologies différentes.

La dimension ludique est rendue possible par la combinaison d'un niveau élevé de complexité informationnelle et d'une intensité énergétique. L'élève peut également éprouver un sentiment important d'autodétermination, puisqu'il est en mesure de choisir d'évoluer à des distances variées d'opposition. Il acquerra des techniques originales et complexes comme les clés articulaires qui renforceront son sentiment de compétence.

## Une invitation à l'innovation pédagogique

Le combat mixte pose d'une façon radicale la question de l'acquisition des techniques en contexte : par exemple, les techniques de finalisation sont particulièrement ardues à placer dans un assaut réel ; il convient des lors d'élaborer à percevoir des opportunités d'attaque ; reconnaître des configurations de combat déjà vécues et à les associer à deux ou trois possibilités pour faire évoluer le rapport de forces en sa faveur. On pourrait opportunément utiliser à des fins d'apprentissage le principe d'un « défenseur complice » qui ouvrirait délibérément certaines possibilités offensives pour son partenaire attaquant (par exemple, je laisse l'attaquant me saisir le bras pour l'inciter à tenter une clé articulaire sur le coude ; puis, je laisse mon cou dégaïté pour l'inviter à saquer un étranglement). À cette phase de « exploitation des opportunités créées par l'adversaire » devra succéder une phase de « création des opportunités » en jouant sur la contrecommunication ; par exemple au sol, l'élève fait le étranglement avant de finaliser par une clé.

Le combat mixte peut également inciter à développer une pédagogie moins magistrale, plus horizontale et coopérative, notamment compte tenu du panel élevé des techniques à maîtriser. L'enseignant pourra ainsi valoriser comme assistants et s'appuyer sur des élèves-ressources spécialisés d'un secteur donné d'opposition et favoriser dès lors des formes nouvelles de tutorat rotatif.

## Vaincre les résistances et didactiser la discipline

Enseigner le combat mixte en EPS, est-ce, objectivement, une proposition réaliste ? Pour répondre par l'affirmative, il semble impératif de satisfaire certaines conditions préalables :

- Il convient de marquer d'emblée une rupture franche et explicite vis-à-vis de certaines versions professionnelles du combat mixte et de ne pas hésiter à en stigmatiser les dérives mercantiles, sensationnalistes ou provocatrices dont on ne veut pas en EPS et vis-à-vis desquelles on souhaite aiguïser la sensibilité critique des élèves ;
- Il est indispensable ensuite de concevoir une forme scolaire inspirée des pratiques d'entraînement amateur du combat mixte ou du pancrace combattif (modalité d'assaut, sur l'atemi...);
- Un travail important de didactisation de la discipline est incontournable afin de dégager, en progressivité des acquisitions, de formaliser différents niveaux de compétence attendue et les connaissances, capacités et attitudes qui y sont associées, en reliant du combat mixte non seulement son corpus diversifié de techniques mais aussi, voire surtout, la nécessité de les travailler en enrichissement et en recommandant sa richesse tactique (adaptabilité en contexte) et stratégique (conception de projet d'opposition) ;
- l'intégration durable et diffuse du

combat mixte en EPS exige une formation des enseignants, rendu possible par des partenariats avec une fédération sportive responsable de son développement.

Le chemin sera encore long. Mais nous sommes convaincus qu'une discipline, créée par et pour la méditation théorique et pratique, influencée par des professionnels, pourra s'imposer comme un moyen éducatif au service de la formation physique et sociale des élèves et plus largement d'un citoyen créatif dans l'univers contemporain. Tout en possédant une représentativité culturelle croissante, le combat mixte possède de toute évidence une utilité sociale et concourt à véhiculer les normes, cadres et valeurs de l'initiation scolaire.

Mathieu Ouidu  
Docteur en STAPS,  
Professeur agrégé d'EPS, ENS de Lyon

Chercheur associé au Centre de recherche et d'innovation sur le sport (Université Lyon 1),  
Maitre de conférences 3<sup>e</sup> degré Kick-Boxing/Bok Tai,  
FFMMA

1. Van Boven, M., Heugens, J., « Dans la cage, l'enseignant des combats utiles », *Actes de la recherche en sciences sociales*, 193, 32-43, 2009.
2. Ouidu, M., « L'EPS, un moyen éducatif au service de la formation physique et sociale des élèves », *Revue de la recherche en éducation*, 13, 11-15, 2012.
3. Le pancrace est une discipline de combat mixte sans frappe au sol qui se pratique en compétition au sein de la FFMMA.
4. Duval, M., « L'EPS, un moyen éducatif au service de la formation physique et sociale des élèves », *Revue de la recherche en éducation*, 13, 11-15, 2012.
5. Duval, M., « L'EPS, un moyen éducatif au service de la formation physique et sociale des élèves », *Revue de la recherche en éducation*, 13, 11-15, 2012.
6. Pagan, D. et Smeun, D., « La méditation en situation. Une revue de littérature en Éducation Physique », *adRES*, 31, 70-91, 2014.

## Envisager les rôles sociaux

Dans les programmes disciplinaires

- Les compétences méthodologiques et sociales font clairement référence au sujet qui nous occupe.
- Une lecture détaillée des libellés des compétences attendues des programmes de l'EPS au collège fait apparaître la nature des rôles sociaux à tenir. Quelques exemples :
- Respecter les règles de sécurité. Assumer au sein d'un groupe restreint les rôles d'observateur et de chronométrateur (tales N1).
- Assumer dans un groupe restreint les rôles d'observateur et de juge (multi-bonds N2).
- Assurer un partenaire en toute sécurité (escalade N1 et 2).
- Aider un camarade à réaliser un élément simple. Observer et apprécier les prestations à partir de critères simples (gymnastique N1).
- Observer avec attention et apprécier avec respect les prestations (gans N1).
- Observer et co-activer (handball N2).
- Les programmes du lycée insistent davantage sur les notions de préparation

élèves qui ne jouent pas, sans faire attention à expliciter clairement ce que chacun a à faire et donc à apprendre ? Pour J.-M. Montelli « de même qu'il est indispensable de concevoir minutieusement les progressions d'activités, il est nécessaire de ne pas abandonner au hasard l'organisation de l'espace social ou vont se dérouler les apprentissages ».

L'apprentissage des rôles sociaux nécessite donc de notre part une activité pédagogique et didactique aussi précise que celle que nous déployons quand nous souhâtons que les élèves acquièrent une efficacité d'action dans chacune des APSA programmées.

Même si les rôles sociaux sont constitués des compétences visées en EPS, nous observons chez certains de nos élèves quelques caractéristiques qui nous laissent croire qu'ils ont peu appris dans ce domaine :

- méconnaissance du règlement spécifique aux APSA pratiquées ;
- incapacité à arbitrer ;
- difficultés à observer et/ou à remplir correctement une fiche d'observation ;
- répartition sexuée des rôles à tenir : aux garçons l'arbitrage, aux filles l'observation ou la décompte des points.

Comment expliquer de tels comportements ? N'aurions-nous pas tendance à distribuer les tâches autour de la pratique essentiellement pour occuper les

## Les réalités scolaires

À mobiliser pour devenir compétent dans les rôles d'arbitre (ou de juge) et d'observateur permet à l'enseignant d'y voir plus clair dans les contenus à proposer dans ces domaines particuliers (système 1). Mais leur appropriation par les élèves nécessite des choix didactiques et pédagogiques explicites au même titre que ceux opérés pour les contenus spécifiques aux APSA enseignés. De plus, l'instauration d'un climat de classe qui permet à tous les élèves de se sentir en confiance est indispensable, afin d'oser prendre les décisions qui s'imposent.

## Enseigner les rôles sociaux

### Les ressources à maîtriser

L'inventaire des ressources nécessaires à mobiliser pour devenir compétent dans les rôles d'arbitre (ou de juge) et d'observateur permet à l'enseignant d'y voir plus clair dans les contenus à proposer dans ces domaines particuliers (système 1). Mais leur appropriation par les élèves nécessite des choix didactiques et pédagogiques explicites au même titre que ceux opérés pour les contenus spécifiques aux APSA enseignés. De plus, l'instauration d'un climat de classe qui permet à tous les élèves de se sentir en confiance est indispensable, afin d'oser prendre les décisions qui s'imposent.