

Tâche motrice et effets sur la motricité

Quelques éléments théoriques sur la conception et la préparation d'une tâche motrice en vue de provoquer des effets sur la motricité.

Ces éléments se réfèrent essentiellement au cadre théorique de Jean Pierre FAMOSE.

La notion de tâche motrice

La tâche motrice peut être considérée comme le lieu d'interaction entre l'intervenant et le public. Cela signifie que c'est par la tâche mise en place que l'on va pouvoir exercer une influence sur le pratiquant, solliciter ses ressources pour le transformer, le faire progresser...

La tâche motrice doit être considérée comme une construction, c'est-à-dire le résultat d'une mise en forme, d'agencement d'éléments permettant d'atteindre des objectifs.

Nature de la tâche

Une tâche est conçue, choisie en fonction d'un objectif :

- spécifique : exemple, démarquage en sport co
- + large, transversal : exemple, adaptation au rapport de force
- + précis, en terme de ressource bien identifiée

La nature de la tâche dépend du type et de la diversité des ressources qu'elle requiert avec une fonction principale et des fonctions secondaires :

Exemple : en course de durée, objectif essentiellement énergétique mais aussi affectif (gestion de l'effort), informationnel (notion d'allure)...

Exemple vu en cours = parcours sur un travail des appuis avec en même temps un travail énergétique en intermittent.

Niveau de mobilisation du pratiquant

Le niveau de possibilité du pratiquant dépend à la fois de ses capacités (exemple: consommation maximale d'oxygène) et de son expérience antérieure (nombre de séances réalisées dans l'activité).

Si la demande de la tâche est forte, la mobilisation doit être forte, voire maximale. Si la demande est faible, la mobilisation sera faible.

Pour augmenter le niveau d'investissement, il faudra augmenter la difficulté objective de la tâche :

De simple à complexe (niveau informationnel)

Ou

De facile ou peu intense à difficile ou intense, (niveau énergétique)

Enjeu important :

Comment organiser la tâche pour obtenir la mobilisation souhaitée, le décalage optimal ?

L'analyse des différents éléments de la tâche nous donne les clés pour élaborer et faire évoluer la situation dans le sens de la simplification (dans le cas d'une tâche trop difficile) ou, au contraire, dans le sens de la complexification (si la tâche s'avère trop simple). Ce sont les variables qui permettent cet ajustement de la tâche.

On peut jouer sur les variables de la tâche :

Variables générales :

- espace
- temps
- groupement
- matériel

Les variables quantitatives (qui se rapportent à des nombres) :

- répétitions
- nombre de partenaires, d'adversaires...

Les variables spécifiques :

- techniques : déplacement, forme de corps...
- postures
- actions
- rapport d'opposition : pouvoir des défenseurs...

La structure de la tâche motrice

« Chaque tâche est un assemblage qui résulte d'un choix entre une multitude de solutions élémentaires. Pour choisir un assemblage particulier, il faut savoir quelles sont toutes les variations possibles d'une tâche. C'est à partir de cet ensemble de possibilités que l'on pourra adopter l'assemblage qui convient le mieux aux fonctions à remplir » Famose, 1986).

La tâche motrice est structurée par un ensemble de quatre éléments appelés constituants fondamentaux :

1 - Le but, qui joue un rôle organisateur et régulateur.

Il semble intéressant de clarifier le but de la tâche pour que l'activité du pratiquant soit correctement orientée (soulignons l'importance de la clarification du but dans l'acquisition des habiletés sportives pour ne pas confondre but et moyen pour l'atteindre, mythe du geste idéal)

Dans ce cadre, JP FAMOSE recommande de matérialiser le plus possible le but de la tâche :

Par exemple, matérialiser une zone de réception à atteindre en saut en longueur, des obstacles à franchir pour impulsion verticale...

2 - **Les opérations ou consignes** : constituent les moyens à mettre en œuvre pour atteindre le but fixé par la tâche.

Selon qu'elles sont plus ou moins précises, l'activité du sujet sera plus ou moins guidée :

Tâche non définie	création, invention
“ semi-définie (but)	expérimentation, essai-erreur
“ définie (consignes précises)	exécution, répétition - correction

3 - **L'aménagement matériel et humain** : a pour fonction d'organiser la tâche; de lui donner un cadre sécurisé et d'influencer le déroulement des opérations.

L'enseignement des sports collectifs et des sports d'opposition est très souvent organisé à partir de situations aménageant le milieu, la surface de jeu, l'attribution de consignes particulières sur le rôle des joueurs. L'enseignement de la natation utilise également l'aménagement matériel pour induire des comportements.

4 - **Critères de réalisation, de réussite ou feed-back** :

Pour s'investir dans la tâche, le pratiquant a besoin de savoir ce qu'il faut atteindre en termes de niveau de réussite. Ce critère d'exigence va lui permettre de mieux réguler ses actions.

Critères de réalisation : On parlera plutôt de critères de réalisation pendant la phase d'apprentissage. Ce sont des descripteurs de l'action motrice, ils balisent l'action du pratiquant, ils se situent sur le pôle qualitatif ; s'ils sont clairement explicités,

Critères de réussite : concernent les exigences de réalisation terminale,

soit en terme quantitatif exemple : réussir 3 fois sur 5

soit en terme qualitatif, de comportement attendu ex : se démarquer activement

Conclusion : le but présente la tâche : ce qu'il y a à faire

Les consignes : donnent des indications sur comment le faire

L'aménagement matériel clarifie le but et/ou les consignes, précise le cadre, l'environnement

Les critères de réussite permettent de renseigner sur l'atteinte du but, la connaissance du résultat

Notion de contraintes de la tâche

Les contraintes caractérisent la tâche. Elles peuvent être :

- constantes, invariables : exemple, le règlement de l'APS
- variables : en cas d'alternative, de choix proposé, exemple selon réaction du défenseur
- ouverte : exemple, faire un tir pour marquer
- fermée : exemple, faire un tir en appui

Classification des tâches motrices :

Tâches non définies, semi-définies ou définies : selon le degré de précision de présentation de la tâche, l'activité du sujet n'est pas la même (voir ci-dessus)

Tâches ouvertes, comportant de l'incertitude, exemple, situation de sport collectif

Dans ce cas, la réponse motrice attendue peut être variable selon les conditions, chaque phase de jeu, action étant particulière, incertaine...

Tâche fermée, avec très peu d'incertitude, exemple, lancer sur cible (fléchette)

Dans ce cas, la réponse probable est plus précise pour atteindre le but : fixation du corps et geste du bras aligné pour viser dans la cible...

L'exécution de la tâche : notion de tâche prescrite, effective et redéfinition

Il y a dans la plus grande partie des cas un décalage entre la tâche prescrite et la tâche effective, entre la commande et l'exécution. En effet, il peut y avoir mauvaise compréhension du but, interprétation, ou détournement volontaire selon l'envie, la docilité ou l'humeur du sujet... Dans certains cas, il y a redéfinition, c'est à dire transformation de la tâche, d'où l'importance de clarifier le but mais aussi de repréciser plusieurs fois les consignes, vérifier, observer pour corriger...

Notion de difficulté objective, relative et subjective

Une tâche comporte une difficulté objective, en fonction de ces contraintes

Par exemple, un « raid aventure de 15 Km en terrain accidenté »

Cette tâche a un degré de difficulté relative :

Elle peut sembler facile pour un coureur de haut niveau et impossible pour un « touriste »

Elle a également un degré de difficulté subjective, estimée ou perçue = représentation, évaluation par le sujet des demandes, de l'exigence de la tâche

Une tâche perçue comme trop difficile risque d'être abandonnée...de la même façon, une tâche jugée trop facile sera peu motivante pour quelqu'un qui cherche à prouver sa valeur...

Conclusion :

Une tâche motrice est une construction mise en place pour atteindre des objectifs. JP FAMOSE parle d'architecture de la tâche. L'intervenant en motricité est véritablement un ingénieur qui doit essayer de prévoir les effets de la tâche prescrite sur la motricité et le comportement du sujet.

Il doit y avoir une cohérence entre le but et les moyens mis en place.

Les tâches peuvent avoir des fonctions différentes :

Apprentissage	Découverte	création
Mise en confiance	échauffement	perfectionnement...

Le mot clé semble être celui d'adaptation car il fonctionne aux deux niveaux :

Celui de l'intervenant qui doit adapter la tâche au niveau du sujet (décalage optimal) et s'adapter en permanence en fonction des progrès ou des difficultés

Celui du formé qui doit adapter ses ressources pour atteindre le but.

Hervé LOUIS

Objectifs acquisitions
Comportements attendus
Compétences visées

But de la tâche

(Du jeu)

Déroulement chronologique

Départ de l'action
Rotation des rôles
Enchaînement...

organisation matérielle

Dispositif (dessin)



Consignes de réalisation

Variables (adaptation)

Critères de réussite

repères à donner pour réussir

Evolutions possibles : plus facile ou plus difficile

(remédiations)

Plus simple ou plus complexe

Bilan