DOCUMENT ÉTUDIANT · SUPPORT D’ANALYSE

Copie anonymisée – Handball et effort

Production retranscrite intégralement, sans corrections.

L’enseignant a fait le choix du champ d’apprentissage 4, avec le handball comme activité de support. Dans cette classe de seconde, il demande aux élèves de pratiquer selon une forme de pratique en 4 contre 4, avec un gardien. Les oppositions sont organisées en deux manches de trois minutes. Un temps de récupération et de concertation de deux minutes est réalisé entre les deux manches. Avec cette forme de pratique, l’attente de l’enseignant est une montée de balle collective se terminant par un tir favorable, puis un repli de tous à la perte de balle. De plus, un observateur note les solutions de passes offertes et les replis.

Dans cette situation, les équipes éprouvent des difficultés à jouer ensemble. Nous retenons le comportement de Maxime pour l’analyser au regard de l’effort.

Nous analysons ici l’effort physique fourni par Maxime. Son effort physique est actif lorsque son équipe est en phase offensive (il appelle la balle, peut-être qu’il récupère même des ballons haut), et en phase défensive, l’effort physique est passif. Il reste dans une zone haute sur le terrain (plutôt proche de la cible de ses adversaires).

Ce décalage d’engagement entre les phases de jeu offensives et défensives nous amène à formuler deux hypothèses explicatives concernant le rapport à l’effort de Maxime. La première est centrée sur la dimension motrice et bioénergétique, l’autre sur la dimension sociale et motivationnelle.

En premier lieu, sur la dimension motrice et bioénergétique, nous pouvons émettre l’hypothèse que Maxime procède à une gestion réfléchi de ses ressources, en régulant son effort, en lien avec une représentation erronée de la logique interne de l’activité handball. En effet, Deleplace (1979) théorise les sports collectifs et leur “réversibilité continue des situations d’attaque et de défense”. Maxime n'a pas encore intégré cette continuité motrice. Face au coût énergétique qu’exigent les courses de transitions (des répétitions d'efforts intenses), il opère un arbitrage. Selon Cogérino en 2005, l’élève calcule un rapport entre la pénibilité énergétique perçue et l’utilité de l’action. Ainsi, au travers sa justification verbale “je garde mes forces pour attaquer”, Maxime illustre ce calcul et perçoit son énergie comme un réservoir qu’il doit gérer. Il décide alors de préserver son explosivité dans la zone de marque et refuse d’investir son effort physique et physiologique dans la course de repli. Enfin, cela peut témoigner d’un manque de ressources physiologiques et physiques nécessaires pour répéter des courses à haute intensité pendant 2x3 minutes de jeu.

En second lieu, sur la dimension sociale et motivationnelle, nous formulons l’hypothèse que la mobilisation de l’effort chez Maxime est conditionnée par une quête de valorisation, le conduisant à adopter une posture de “passager clandestin” nuisible au collectif. En nous appuyant sur la théorie des buts d’accomplissement (Nicholls 1984), nous faisons le constat que l’investissement de Maxime est sous-tendu par un but de performance. La phase offensive le place dans la lumière et le statut de potentiel buteur justifie à ses yeux la dépense physique. A l’inverse, le repli défensif est perçu comme un effort ingrat et socialement invisible, qui ne le valorise pas. Par conséquent, il se désengage de la majorité (80%) des phases défensives et montre le phénomène de paresse sociale (Ringelmann 1882), diminuant l’efficacité en phase défensive de l’équipe. L’interdépendance positive entre les élèves de l’équipe bleue est rompue. Cela génère une surcharge de travail pour les coéquipiers de Maxime qui enchaînent les courses et cela provoque leur agacement, impactant une cohésion nécessaire aux apprentissages.