La gymnastique : un jeu de règles

Jean François Robin *est un spécialiste de gymastique sportive, animateur responsable de l'association française pour la recherche en activité gymnique acrobatique (AFRAGA). Il est autant préoccupé de comprendre les mécanismes de production de la performance gymnique au plus haut niveau que d'interpréter l'histoire de la gymnastique par l'évolution des codes de pointage. Elevée à un jeu de règles comme l'ensemble des autres APS, la gymnastique offre à toutes les pratiques ses contradictions, ce qui ouvre la voie à la création. En toute légitimité gymnique, les enseignants peuvent alors jouer sur le règlement comme variable didactique essentielle.*

Jean-François Robin[1]
Université UFRSTAPS
Paris 12

Le code de pointage regroupe les règles du jeu de la gymnastique. Son élaboration résulte d'un long processus inscrit dans notre histoire sociale. Quelles règles pour jouer à la gym ? Et par conséquent, à quelle gymnastique jouer aujourd'hui à l'école ? C'est à ces questions principales que cet article tente de répondre. Le code de pointage est considéré ici comme un outil à adapter en fonction des intérêts pédagogiques voulus par l'enseignant, en fonction des tensions didactiques spécifiques de l'activité (entre la prise de risque et sa maîtrise), enfin, en fonction des évolutions constatées dans les activités gymniques et acrobatiques.

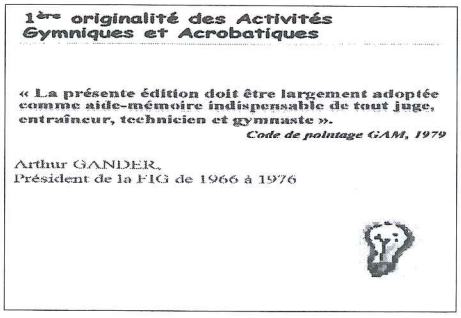
Si le code de pointage permet d'apprécier un long « enchaînement » chez des experts, sa finalité est toute autre à l'école. La motricité des élèves gymnastes se décline essentiellement en terme d'actions gymniques et acrobatiques. Elle nécessitent une évaluation adaptée. La richesse de la motricité gymnique des élèves est en jeu et les règles du jeu existent pour la mettre en valeur.

Les règles du jeu de la gymnastique : principes et originalités

Dans les activités gymniques et acrobatiques, les règlements du jeu ont pour dénomination les « codes de pointage ». Comme leur nom l'indique, ils ont pour but de « coder » le système d'attribution des « points ». Ils définissent les paramètres et les critères qui permettent de différencier les prestations des gymnastes. Ils servent à caractériser « **les conditions de victoire** ». Parallèlement, les codes précisent aussi « **les conditions du jugement** » ; c'est-à-dire, comment le collectif des juges doit s'organiser et ce que les juges sont habilités à évaluer. Il existe donc un certain nombre de données objectives et explicites, qui permettent de poser une note. Celle-ci doit refléter avec rigueur et justesse le niveau de prestation des concurrents. Le regard porté sur les règlements publiés depuis 1936 (date du premier code de pointage international de la gymnastique) confirme une volonté permanente des législateurs de clarifier les critères d'appréciation, de les objectiver et de les distinguer.

Première origininalité

Les règlements du jeu constituent les premiers savoirs [2] de la discipline. En effet, dans le contexte des activités gymniques acrobatiques, les règlements du jeu font l'objet de publications internationales, qui servent de référence pour les juges et d'ouvrages pédagogiques pour les enseignants. Ceci constitue la première originalité des activités gymniques acrobatiques, où le règlement sert de référence pour l'acrobate, l'entraîneur, le juge et le spectateur. Cette volonté de mettre à la disposition des acteurs un outil de lecture de la gymnastique apparaît explicitement dans les intentions des rédacteurs des codes de pointage de la Fédération Internationale de Gymnastique (cf. encadré n°1).



1. Article écrit en collaboration avec Mathilde Musard, UFR STAPS de Franche-Comté

2. Savoirs : énoncés communiqués, publiés, décrits et objet d'un jugement social. Robin, 1998

3. A. Durny (2002). Le jugement en gymnastique artistique féminine : une action située et collective. In J.-F. Robin et A. Durny Travaux actuels sur la recherche en activités gymniques et acrobatiques. Dossier EPS n° 57. Éditions de la revue EPS (pp.16-20).

4. M. Musard (2003). De la pratique sociale de référence acrosport à sa transposition didactique en EPS : définition des principes à respecter en milieu scolaire. Thèse de 3e cycle. ENS Cachan.

5. Claude Lapallu. Président de la direction technique permanente de la Fédération Française de Gymnastique (1948 à 1949), puis président de la Fédération Internationale de Gymnastique (1949 à 1950). Premier rédacteur des règles du jeu de la gymnastique vers 1936.

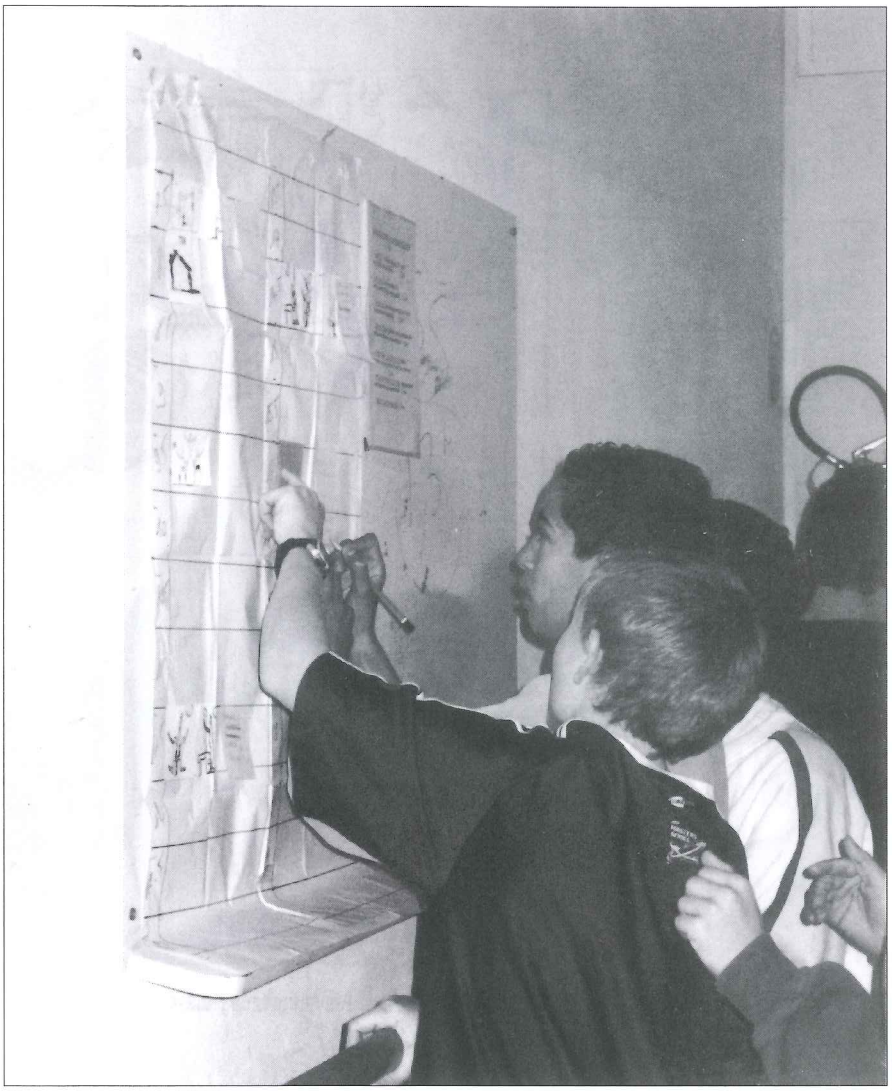
deuxième originalité
Paradoxalement, avec l'évolution du niveau technique, le règlement s'est progressivement coupé de la pratique du débutant. En effet, le code de pointage international est devenu un outil d'évaluation pour la seule pratique du haut niveau. Aujourd'hui, il n'est plus possible pour un débutant de jouer à la gymnastique avec le même règlement du jeu que celui des champions. Par exemple, les éléments techniques hiérarchisés dans les grilles d'observation du code intègrent les techniques scolaires les plus difficiles (comme le salto ou le flip arrière) dans les catégories les moins valorisées. Des éléments fréquents à l'école (comme la roue ou la rondade) ne rapportent aucun point. La deuxième originalité du règlement du jeu met en évidence la nécessaire adaptation du règlement aux niveaux de pratique des athlètes. Pour jouer à la gymnastique, il est donc essentiel d'ajuster le règlement aux exigences de la pratique scolaire.

Troisième originalité
L'analyse des différentes formes de pratiques sociales des activités gymniques et acrobatiques révèle un caractère implicite du règlement du jeu. Trois exemples étayent ce point de vue :

- le cirque a ses propres règles du jeu, mais elles ne sont jamais énoncées. En effet, les circassiens, par exemple, peuvent rater une partie de leur numéro et dans ce cas le reprendre. Mais pour des raisons commerciales, les artistes de cirque tentent de maquiller leurs échecs.
- Peu connues en France, les Gymnaestradas réunissent des milliers de pratiquants lors de grands événements nationaux et internationaux. Elles constituent le deuxième rassemblement de sportifs le plus important après les Jeux Olympiques. Peu de règles explicites organisent les prestations. Seules, l'aire de passage (petite, moyenne, grande), la durée de l'enchaînement et la nature du matériel utilisé sont précisées. Il n'y a là ni médaillé, ni classement. Pourtant, lors des cérémonies de clôture où sont repris les meilleurs moments, seuls les enchaînements les plus acrobatiques sont sélectionnés.

La troisième originalité du règlement des activités gymniques et acrobatiques réside dans ce constat : « les formes sociales de pratiques supportent que le règlement soit méconnu et réinterprété par les acteurs ». Ainsi, plus le règlement est implicite, plus il concerne l'acrobatie collective. Sans doute est-ce difficile d'évaluer un grand nombre de personnes à la fois sans que la subjectivité domine.
Mais l'implicite est également chez les juges qui doivent trouver un terrain d'entente pour arrêter leurs évaluations en temps limité. A. Durny montre notamment que *« la note finale ne se résume pas à une simple moyenne, mais résulte d'une dynamique issue de l'influence réciproque des juges et aussi du contexte de la compétition… »* [3]

- Il en va probablement ainsi à l'école, où l'acrosport par exemple est enseigné sans que les règles soient connues ni des élèves, ni des enseignants [4]. Mais si les professeurs d'EPS souhaitent guider les collégiens dans leurs apprentissages, alors pour les faire jouer à la gymnastique, il apparaît utile de distinguer l'implicite et l'explicite et de lever toute ambiguïté entre ce qui est interdit et autorisé pour construire la victoire.


D. R.

Les règles du jeu essentielles de la gymnastique

Les codes de pointage internationaux furent nombreux et souvent déclinés dans de nombreuses fédérations nationales (FSGT, FSCF, UFOLEP, USEP, UNSS, etc.) et internationales (FIST, FMI, etc.). Sur le principe, ils sont modifiés pour chaque nouvelle olympiade. Depuis les premiers travaux de Lapallu [5], le règlement a gagné en objectivité. Les « codes » ont classé et déclassé, catégorisé, hiérarchisé des milliers de savoir-faire techniques. Ils ont affiné une définition de la « silhouette gymnique » acceptable par toutes et tous. Ils ont pris en compte les innovations techniques et matérielles. Enfin, ils sont l'enjeu de rivalités et de rapport de force internationaux. D'une façon générale, il s'agit donc d'un document qui évolue rapidement. Puisqu'il est contestable et

D. R.

Comme quoi la gymnastique forme les membres, mais déforme le nez.

modifiable, c'est un organe vivant.
Des permanences ont structuré le règlement, malgré cette transformation invariable. Des caractéristiques essentielles se dégagent, lesquelles alimentent une diversité de petites règles. Sur les traces de R. Deleplace [6] et de P. Goirand [7], les « poutres maîtresses » du règlement sont distinguées des règles secondaires. Ainsi pour la gymnastique, trois règles fondamentales articulent l'évaluation des prestations.

La règle de la « difficulté »
Le principe est le suivant : « plus le gymnaste sait faire de choses difficiles, plus il gagne de points ». Par exemple à l'UNSS, l'élève gymnaste doit faire une rondade, un flip arrière, mais aussi un salto avant et un saut de mains pour assurer une note maximale en difficulté. Pour les pratiquant(e)s, la capacité à produire davantage d'acrobaties permet d'avoir plus de chances de victoire.
- Il s'agit d'une logique additive.
- De fait, cette exigence propre aux activités acrobatiques, met en jeu leurs intégrités physique (ça peut faire mal) et psychique (ça peut faire peur). En effet, pour faire le meilleur score, les gymnastes doivent multiplier les prouesses aériennes. Ainsi, ils sont tenus de « prendre des risques ».

Ce qui a fondamentalement évolué depuis un demi-siècle, c'est la construction de l'acrobatie, c'est-à-dire la multiplication des saltos et des vrilles. Elle devient toujours plus aérienne, plus renversée, plus manuelle, plus tournée.
Si cette règle n'existait pas, alors la gymnastique ressemblerait davantage à une somme de déplacements simples et de formes élémentaires, sans doute laissant la place à des contenus chorégraphiques.
- C'est un bon scénario pour l'école de demain. Jouer à la gymnastique sous-entend « encourager la présentation d'acrobaties toujours plus complexes ».

La règle de « l'exécution »
Le principe est le suivant : « plus la production du gymnaste est maîtrisée, plus il gagne de points ».
Pour les pratiquant(e)s, la capacité à réaliser avec facilité, grâce et aisance prouve leur maîtrise technique. La tenue des maintiens et des équilibres, l'amplitude des acrobaties, la qualité des formes de corps, la stabilité des réceptions sont des indicateurs pertinents pour évaluer cette aisance. C'est ce qui donne sens à l'esthétique gymnique.
- Les juges sont là pour apprécier le degré de maîtrise. Ils vérifient si ce qui est présenté, est techniquement bien exécuté et maîtrisé. Chaque fois qu'une faute est identifiée, elle est pénalisée. Il s'agit d'une logique soustractive. Le juge retire des points d'un total fixé par avance et qui a toute son importance.
- Ainsi, les gymnastes sont tenus de « contrôler les risques pris ». La technique favorise ce contrôle. Il s'agit de faire techniquement juste ; ce qui a pour conséquence de « faire beau », de « faire correct ». C'est le techniquement juste qui est beau.
- Cette règle a peu évolué depuis un demi-siècle. La recherche d'une motricité contrôlée est une permanence de l'activité.
- L'esprit de cette règle a pour but d'encourager la sécurité des pratiquant(e)s. Si elle n'existait pas, alors la gymnastique ressemblerait probablement à des jeux de cirque antique, où l'on verrait une surenchère acrobatique.

C'est aussi un scénario pour l'école de demain. Jouer à la gymnastique sous entend « encourager la maîtrise d'acrobaties toujours plus complexes ».

La règle des « exigences spécifiques »
Le principe est le suivant : « plus le gymnaste se déplace dans un espace varié, plus il gagne de points ». L'espace étant défini par l'appareil, le gymnaste et les rapports de l'un à l'autre, la règle exige des passages

obligés, spécifiques à chaque agrès. Par exemple, le gymnaste doit passer par les deux faces de la barre et faire un élément sur la barre et un autre sous la barre. Le gymnaste est ainsi poussé à déployer une motricité la plus riche possible plus aérienne, plus manuelle, plus renversée, etc.

- Pour les pratiquant(e)s, la capacité à exploiter davantage le domaine de l'agrès permet d'avoir plus de chances de victoire.
- La logique est additive puisque plus le gymnaste répond aux exigences, plus il gagne de points.

Cependant, cette règle met aussi en jeu leurs intégrités physique et psychique. Ils sont tenus de « prendre des risques » pour explorer toutes les faces et tous les niveaux de l'espace de l'agrès.

- Cette règle a beaucoup évolué depuis un demi-siècle. Elle conduit à coordonner davantage d'actions dans tous les plans de l'espace.
- Si cette règle n'existait pas, alors la gymnastique ressemblerait davantage à une somme d'aller-retour sur des engins aux dimensions réduites. C'était d'ailleurs le cas, lorsque la gymnastique a été pratiquée en salle et non plus en plein air, vers les années 30.

Cette règle voit aussi son prolongement dans la pratique polyvalente ou spécialisée de la gymnastique. En effet, il n'est pas obligatoire pour un gymnaste de se présenter à tous les agrès, comme le renforce l'exemple des compétitions internationales, qu'elles soient par équipes ou individuelles. Il existe une liberté de choix des engins.

- C'est un bon scénario pour l'école de demain. Jouer à la gymnastique sous-entend « encourager la variété d'acrobaties dans un espace toujours plus riche » sur des engins stratégiquement choisis par les élèves et l'enseignant.

Les règles secondaires de la gymnastique

Les règles « secondaires » correspondent aux conventions qui permettent de départager les meilleurs (par exemple, les tenues obligatoires des filles et des garçons, ou encore, les registres de bonification). Parmi cet ensemble de données, quatre règles méritent une attention particulière, tant leur conséquences pour les élèves sont sérieuses.

En premier lieu, il est utile de préciser « **l'espace de jeu** ». La gymnastique implique nécessairement la présence d'un appareil auquel le gymnaste est confronté. L'architecture de l'agrès à toute son importance. Selon les époques les appareils sont différents et chaque appareil évolue. Par exemple, les dernières évolutions du cheval de saut concourent à un bond qualitatif des prestations. Dans la logique de l'activité, il fallait rendre cet agrès encore plus aérien, plus tourné, plus renversé et plus manuel. La table de saut est le fruit de ce défi[8]. Elle est plus courte (1m 20), plus large (95cm), plus inclinée (7°), plus rebondissante, mieux protégée et mixte. De ce point de vue, le matériel est une création didactique.

La « **durée de la production** » est une règle à définir si besoin est.

Le « **nombre de joueurs** » et « **la mixité des équipes** » sont aussi des points utiles à définir. *A priori*, la gymnastique sportive est considérée comme une activité individuelle, mais les gymnastes concourent principalement en équipe. Comme nous l'avons vu précédemment, il se développe des stratégies d'équipe. Cependant, il est concevable de pratiquer la gymnastique scolaire de façon plus collective [9]. Les acrobaties synchronisées ou en cascade sont des formes possibles. Elles ont existé dans l'histoire de la gymnastique et encore aujourd'hui dans certaines fédérations affinitaires.

Pour la gymnastique au sol ou à la poutre, les « **choix musicaux** » peuvent avoir une utilité pour porter la chorégraphie, synchroniser les actions et faciliter des repères.

Modifier les termes des règles secondaires ne dénature pas fondamentalement l'activité. C'est davantage dans le but d'une transformation de la motricité, que ces règles doivent être adaptées aux caractéristiques des gymnastes et aux finalités de la pratique.

La contradiction née du règlement

Les trois règles essentielles, qui viennent d'être décrites, ont fondamentalement des conséquences sur la motricité. C'est parce qu'il y a ces règles-là, qu'il existe une motricité gymnique aussi acrobatique.

Mais du règlement découle aussi toute la logique de l'activité. Ainsi, les deux règles, dîtes de « difficulté » et « d'exigences spécifiques », poussent les gymnastes à prendre des risques. Ils ⏭

D.R.

6. R. Deleplace (1983). La recherche sur la spécialisation, l'entraînement, la performance. In La recherche en STAPS (pp. 93-151). Nice 19-20 Sept. 1983.

7. P. Goirand (1990). Didactique de la gymnastique et EPS. In EP et didactique des APS. Édition de l'AEEPS (pp 74).

8. La table de saut apparaît pour la première fois en compétition, lors des championnats du monde de Gands (Belgique), en 2001.

9. P. Amarouche et P. Nouillot (1989). Objectif gym : vivre à l'heure des interclasses. In L'éducation physique et sportive, aujourd'hui ce qui s'enseigne (pp. 101-104). Editions du SNEP.

sont tenus de tenter davantage de prouesses. Contradictoirement, la règle de « l'exécution » contribue à la maîtrise des risques. Les gymnastes sont tenus de contrôler ce qu'ils tentent.

Le règlement est donc adroit (« addirectus », c'est à dire « dans la bonne direction », là où on veut mener le gymnaste) puisqu'il pénalise des enchaînements qui seraient soit trop dangereusement acrobatiques, soit trop peu acrobatiques. L'anti-jeu serait de limiter les prestations à des contenus ni renversés, ni manuels, ni aériens ou de présenter des prouesses ponctuées de chutes et de blessures. Ce type d'activités humaines existe par ailleurs, mais ne relève pas de la gymnastique.

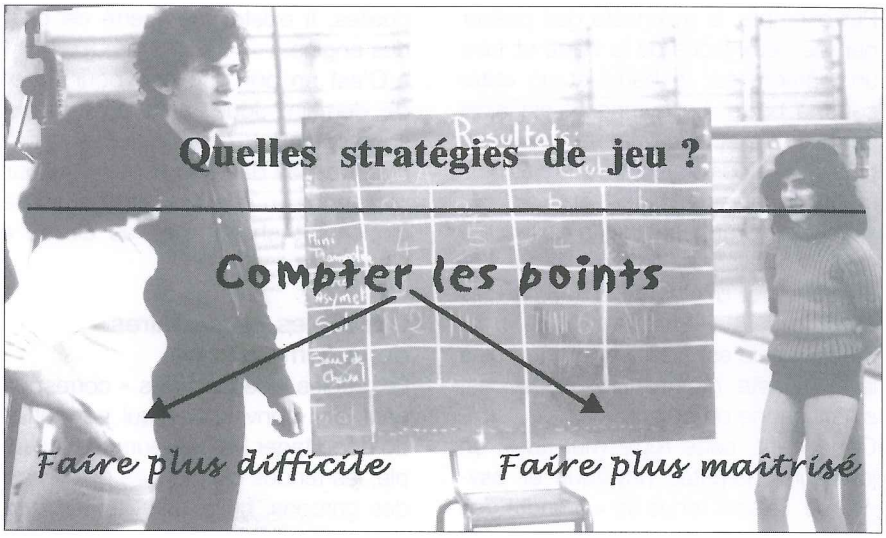
La gymnastique propose donc de « gérer » cette contradiction entre la prise de risque inhérente à l'activité acrobatique et la maîtrise du risque nécessaire à la sécurité du pratiquant. Cette « unité contradictoire »[10] caractérise la logique de l'activité acrobatique en même temps qu'elle en révèle les limites.

Selon le rôle social occupé pour faire vivre la gymnastique, la gestion de cette contradiction essentielle ne s'administre pas de la même façon.

Dans la gymnastique fédérale de haute performance, le gymnaste n'a pas d'autres choix que d'apprendre toujours davantage d'acrobaties et de tenter de les maîtriser.

Le juge a pour seule mission de vérifier la maîtrise des réalisations, le jour « J », à un instant « T ». Il constate l'écart entre les exigences du code de pointage et les prestations, ceci dans une logique de maîtrise des techniques gymniques.

Le spectateur apprécie ce qui est « extraordinaire et harmonieux », c'est-à-dire ce qui est féerique[11]. S'il est le plus souvent incompétent pour juger de la technique, il différencie celles et ceux qui restent longtemps en l'air et qui tournent vite. Il s'attache aussi à celles et ceux qui renvoient une impression d'aisance et de contrôle. Il ne vient pas pour



constater une hécatombe de chutes... Il est surtout dans une émotion née de la logique de maîtrise et d'élégance.

La gymnastique n'est donc pas à réduire à une activité traditionnelle de maîtrise de formes de corps techniques. Elle est une activité humaine dynamique, qui introduit des stratégies variées entre différents protagonistes. Cette vitalité existe si la contradiction « prise de risque/maîtrise du risque » dans le règlement laisse possible des choix variés.

Les stratégies des gymnastes et de leurs entraîneurs

Mais pour gagner, faut-il faire « plus difficile » ou faut-il faire « plus maîtrisé » ? En fait, selon la distribution des points dans les trois secteurs du règlement de l'activité, les stratégies peuvent être adaptées. En gymnastique, le règlement est relativement équilibré puisque selon le code de pointage, les valeurs se répartissent, aujourd'hui, globalement autour de 50% pour la difficulté et les exigences spécifiques et 50% pour la maîtrise. Ainsi, pour gagner au jeu de la gymnastique, trois solutions sont concevables :

- le joueur fait plus « difficile » que les autres (au sens ou il fait plus d'acrobaties ou qu'il en fait de plus complexes),
- le joueur fait plus « beau » que les autres (au sens ou il maîtrise les réceptions, les maintiens, les attitudes et les postures). De ce point de vue, il développe une technique mieux adaptée aux exigences de l'activité,
- le joueur fait plus « difficile » et plus « beau » que les autres. Le constat est fait de stratégies du jeu induites par le règlement lui-même. La répartition des points ne se fait donc pas au hasard ; elle produit des effets attendus sur la motricité des gymnastes.

Les règles du jeu comme variables didactiques

Les règles de la gymnastique ont pour objectifs de permettre aux gymnastes de mieux jouer ensemble. Comme dans tout jeu sportif, elles servent aussi à hiérarchiser les joueurs, peut-être plus que dans d'autres activités. Elles visent enfin à respecter les intégrités physique et psychique des joueurs. Il semblerait donc inapproprié d'ignorer le règlement lorsque cette activité doit être enseignée à l'école.

Pour les professeurs d'EPS, l'analyse des codes de pointage permet d'en comprendre les fondements, les principes, les valeurs et les usages. Elle facilite surtout le choix de stratégies adaptées aux enjeux de formation. Ainsi, si les élèves doivent devenir des gymnastes « stratèges », alors ils doivent avoir accès à la compréhension du règlement et participer à leur élaboration.

A des fins d'enseignement, la règle du jeu peut être conçue comme une variable didactique. Elle désigne alors les possibilités de variation qui sont échafaudées par un enseignant dans l'organisation des conditions d'apprentissage. Le but de cet article consiste à donner chaire à cette approche « pédagogique et didactique » du règlement.

Les activités gymniques et acrobatiques offrent aux élèves des savoir-faire techniques originaux. « Apprendre à piloter son corps dans l'espace » nécessite pour les gymnastes de savoir pourquoi le faire ❑

10. P. Goirand (1987). Une problématique complexe : des pratiques sociales des APS aux contenus d'enseignement en EPS. In Revue SPIRALES 1 complément. (pp 11-14). UFR APS de Lyon.

11. B. Jeu (1977). Sport, émotion, espace. Paris, Vigot.