

Zeitschrift: Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

Herausgeber: École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

Band: 35 (1978)

Heft: 4

Rubrik: Recherche, entraînement, compétition

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 22.01.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Les limites de performance vues par l'objectif des principes d'entraînement orientés vers les sciences sociales

A. Hotz

Adaptation française: Noël Tamini

D'emblée, il s'agit de préciser le sens large de la notion de «limites»: dans l'étude qui va suivre, cette appellation va désigner, sans équivoque possible, l'attestation d'une performance définie à l'avance, à réaliser dans le cadre de compétitions bien précises, par des athlètes choisis, et ceci durant une période restreinte. Ces limites peuvent être fixées dans le but de déterminer un choix, d'établir une classification ou de procéder à une sélection en vue de concours internationaux.

Une fédération qui tient à se donner pour étiquette la marque du succès international, en compétition sportive d'élite, peut s'identifier à une véritable entreprise, y compris l'ensemble des principes économiques fondamentaux qui la caractérisent. «*La performance oblige*», telle est sa devise de base, et la notion de haute performance généralement si prisée – ce qui ne correspond aucunement à un esprit pédagogique tant soi peu sain – oriente l'ensemble de ses dispositions, à commencer par le recrutement précocé de ses membres, jusqu'à la préparation olympique.

On a déjà beaucoup écrit sur le sens et le non-sens de cette position. Elle a été analysée sous de multiples aspects. Et pourtant, certains sont restés inabordés jusqu'à présent. C'est le cas, par exemple, des aspects pédagogiques et psychologiques orientés vers l'entraînement, et des principes qui lui servent de soutien.

Amélioration par obligation

Les «limites» lorsqu'elles sont proposées consciemment à l'athlète comme l'*obligation d'atteindre une performance* exigent, de sa part, un *effort imposé de l'extérieur*, effort qui ne se justifie qu'à partir d'une dépendance de la réussite à laquelle sont sujet réciproquement l'Institution (la fédération) d'une part, et le sportif d'autre part. Vues sous cet angle, elles ne constituent pas un moyen d'entraînement conventionnel, mais bien une méthode à usage courant dans les rangs de la société de rendement, méthode reprise, en l'occurrence, pour être appliquée à cet employé d'un genre nouveau qu'est l'athlète, dans le but d'exercer une influence sur lui, de le mettre sous *pression*, et d'obtenir qu'il produise – dans le meilleur des cas – une performance extrême. La direction de toute entreprise axée sur le rendement et la production à intérêt à ce que le comportement de ses membres soit constamment influencé par cette idée et exprime une tendance permanente d'amélioration. Mais il suffit que le résultat effectif n'atteigne pas le niveau escompté pour que l'autorité, surtout s'il s'agit d'une direction de conception traditionnelle, se pense autorisée à imposer

une nouvelle motivation en créant une *situation de conflit*. Une récompense est promise en appât pour l'accomplissement de la performance requise, et une punition dans le cas de non réussite.

Deux éléments essentiels déterminent le degré de valeur de cette méthode, deux éléments qui se posent comme une double question: le sujet ressent-il l'ingérence, l'intrusion même, exercée de l'extérieur par rapport à sa vision intime des choses (situation de conflit) comme une *stimulation* ou comme une *menace* (charge contraignante)? Quoi qu'il en soit, les mesures – et la fixation de limites en fait partie – prises par l'«Institution» prennent la forme d'une *épreuve de force* vis-à-vis de laquelle l'athlète concerné est pratiquement sans défense. Jugée à partir d'un autre point de vue, il faut pourtant bien reconnaître que cette méthode présente l'avantage d'une grande *transparence*: les relations et conditions qui en découlent sont précises et claires, les conséquences qui sanctionnent sa mise en vigueur peuvent être tirées sans hésitation et, de plus, de façon facilement compréhensible pour tout un chacun. La performance motivée par une situation de conflit n'en reste pas moins contestable. En effet, cette forme d'autorité repose sur une vision *mécanisée* de l'être humain et sur la conviction erronée que le fait d'avoir en mains le bras de levier le plus long donne le droit d'imposer sa *propre* volonté à chaque individu en particulier. La pratique démontre, d'ailleurs, que la crainte d'une «punition» est loin d'engendrer toujours une amélioration de la performance; elle est, bien au contraire, tout aussi fréquemment à l'origine de réactions diamétralement opposées, caractérisées par des sentiments de frustration, d'agressivité, de résignation ou de peur qui nuisent également à la consolidation ou à l'amélioration des relations qui doivent exister entre l'athlète et l'entraîneur, comme à l'éclosion des capacités de performance. Il est en tout cas certain que la promesse d'une récompense supplémentaire stimule généralement davantage la volonté de rendement que la menace d'une répression quelconque.

L'aide et le soutien justifiés par les limites

Outre le fait que l'obligation de réaliser une performance est accompagné généralement pour l'athlète de la menace d'une sanction en cas d'échec, sanction matérialisée, par exemple par l'exclusion des cadres de préparation, l'ultime délai fixé pour atteindre la «limite» fixée lui donne le sentiment d'être, jusque là, en perpétuel sursis. Les «limites» constituent alors un point de repère à partir duquel on va juger si le sportif

concerné mérite encore d'être aidé et soutenu ou non.

Plusieurs critères (indications) sont en général pris en considération pour établir le diagnostic classique des aptitudes d'un jeune athlète comme, par exemple, sa réceptivité, ses facultés d'assimiler un entraînement régulier et d'élever sa propre volonté et sa résistance de l'effort. Chez les sportifs *confirmés*, par contre, seul le résultat issu de la compétition entre, la plupart du temps, en ligne de compte. Donc, chez les «élites», ce ne sont plus les différents points forts ou points faibles observés à l'entraînement ou en compétition qui sont déterminants pour décider si l'aide et le soutien doivent être accordés à l'avenir, mais bien la performance absolue, le résultat nu et sans fard obtenu en confrontation directe. C'est à partir du principe de production et de rendement que l'on décide de la carrière future d'un athlète. On se contente de constater que telle ou telle performance a été réalisée, sans se préoccuper de savoir *pourquoi* et *comment* elle a été obtenue.

Mais, lorsque la performance – et uniquement elle – est utilisée comme barème pour déterminer le niveau d'aptitude d'un athlète à pratiquer le sport d'élite, on admet implicitement que certains effets de l'entraînement se répercutent sur le résultat, et que les couches superposées que forment les facteurs déterminant la capacité du moment se reflètent dans la performance. Ceci suppose, évidemment, que l'on tienne compte de deux points bien précis: premièrement, que la performance suffit à déterminer la réelle capacité de l'athlète et, deuxièmement, que l'athlète endosse même, sans équivoque et à juste titre d'ailleurs, *la pleine responsabilité* – tout spécialement en cas de mauvais résultats – de cette performance.

Certes, à un certain niveau – à celui du sport d'élite, par exemple – on doit être en mesure d'exiger que le talent *et* la valeur effective n'apparaissent pas seulement à l'entraînement, mais également lors de la compétition, et ceci sous la forme d'une performance précise. Mais le danger est grand, alors, que celle-ci soit considérée exclusivement comme un acte ou un produit définitif et que l'on oublie trop, dans ce cas, *comment elle s'est construite, préparée, élaborée*. En effet, ce serait une négligence grave de méconnaître, tout à coup, les nombreux facteurs qui sont à l'origine de la performance et qui sont extérieurs au seul potentiel physique de son auteur: influence de l'environnement et autres circonstances ou conditions particulières, sans omettre la part souvent prépondérante que l'entraîneur prend à sa réalisation. Il ne fait aucun doute que, dans la majorité des cas, l'athlète qui fait partie des cadres de l'élite est

en mesure d'atteindre des «limites» aux exigences très élevées. Toutefois, celui qui échoue dans cette entreprise ne doit pas être rejeté *purement et simplement*, ne serait-ce que pour des raisons d'ordre pédagogique et psychologique. Les exemples ne manquent pas, en effet, de champions olympiques qui, avant de parvenir à la consécration, ont dû vaincre, d'abord, une phase de *stagnation* parfois assez longue (Al Oerter, Lasse Viren, Heini Hemmi et d'autres encore).



Les limites, moyen de contrôle du mode d'entraînement

L'analyse des capacités et de la «forme» du moment fait partie intégrante de la conception de tout entraînement. Il importe d'évaluer chaque nouvelle information, puisqu'elle équivaut à des expériences qui, pour autant qu'elles soient positives, sont susceptibles de jouer le rôle de *stimulant* et de confirmer la valeur supposée. Considéré comme moyen de faire le point, le résultat d'une compétition peut fournir l'occasion de tirer des conclusions intéressantes, en particulier sur l'action complémentaire que les facteurs influençant la performance exercent les uns sur les autres, élément certes non négligeable. Dans la plupart des cas, pourtant, ce contrôle se fait de façon insuffisamment différenciée, de sorte qu'il ne contribue que dans une mesure très limitée au jaugeage *séparé* des différents facteurs de performance. Cette restriction touche aussi d'autres aspects d'une éventuelle estimation de la valeur du moment. C'est le cas, par exemple, lorsqu'il s'agit d'examiner l'efficacité du processus d'entraînement et l'évolution de la capacité de performance qui en découle normalement.

En fait, chaque compétition peut servir à «faire le point». Mais, si l'on y ajoute d'autres exigences, c'est la capacité de l'athlète de réaliser des performances déterminées sous la contrainte

accrue de devoir réussir, qui est testée. Vues sous cet angle, les limites servent à déterminer le degré de résistance à la charge psychique. Mais la réussite de ce test dépend, dans une mesure très importante, de plusieurs circonstances déterminantes, en particulier des relations réciproques qui existent entre la condition physique, la technique et la motivation, par exemple, sans oublier que la faculté de savoir se mettre dans de bonnes dispositions psychiques joue aussi un rôle de premier plan dans la réussite de cette évolution complexe. La pression relative que les «limites» peuvent exercer sur un athlète parfaitement entraîné peut fort bien se justifier pour déterminer où se situent les frontières effectives de sa capacité de performance. En effet, on est en droit d'admettre qu'un sportif d'élite de format international a acquis une stabilité intérieure suffisante pour faire face positivement à cette forme de contrainte. Pourtant, il n'est certainement pas raisonnable, du moins du point de vue des principes d'entraînement orientés vers les sciences péda-go-psychologiques, de vouloir le «classer» (droit à une aide extérieure), voire le «sélectionner» (qualification en vue d'une compétition déterminée) en *ne* tenant compte *que* du fait qu'il a atteint ou non une «limite» imposée.

Les limites, moyen de faire un choix quantitatif

Lorsque la fédération qui fixe des «limites» est dirigée en fonction d'une politique économique, il est assez logique qu'elle les conçoive dans l'optique d'un choix quantitatif. Or, ce choix est bien davantage conditionné par les moyens financiers restreints dont elle dispose, que par la perspective d'une concentration voulue d'athlètes particulièrement dignes d'être aidés.

Qui doit donc être soutenus? Dans la pratique de l'entraînement, il est extrêmement difficile d'établir des *pronostics de performance*. En effet, comment pourrait-on expliquer de façon plausible à l'athlète A que, à l'avenir, ce n'est plus lui qu'on aidera, mais l'athlète B, et ceci bien que ce dernier soit à ce moment nettement moins fort, mais parce qu'il présente des qualités qui laissent entrevoir à ses entraîneurs un avenir plus brillant? Si la fédération n'a pas les moyens de soutenir les deux sportifs concernés, c'est donc – et malgré tout – à l'athlète A – les preuves matérielles pour agir autrement faisant défaut – qu'elle donnera la préférence. L'athlète B est éliminé, bien que ce soit lui qui éveille les plus grands espoirs, et bien que l'on sache que, dans certains sports du moins, il lui sera impossible de parvenir à l'éclosion attendue sans aide extérieure.

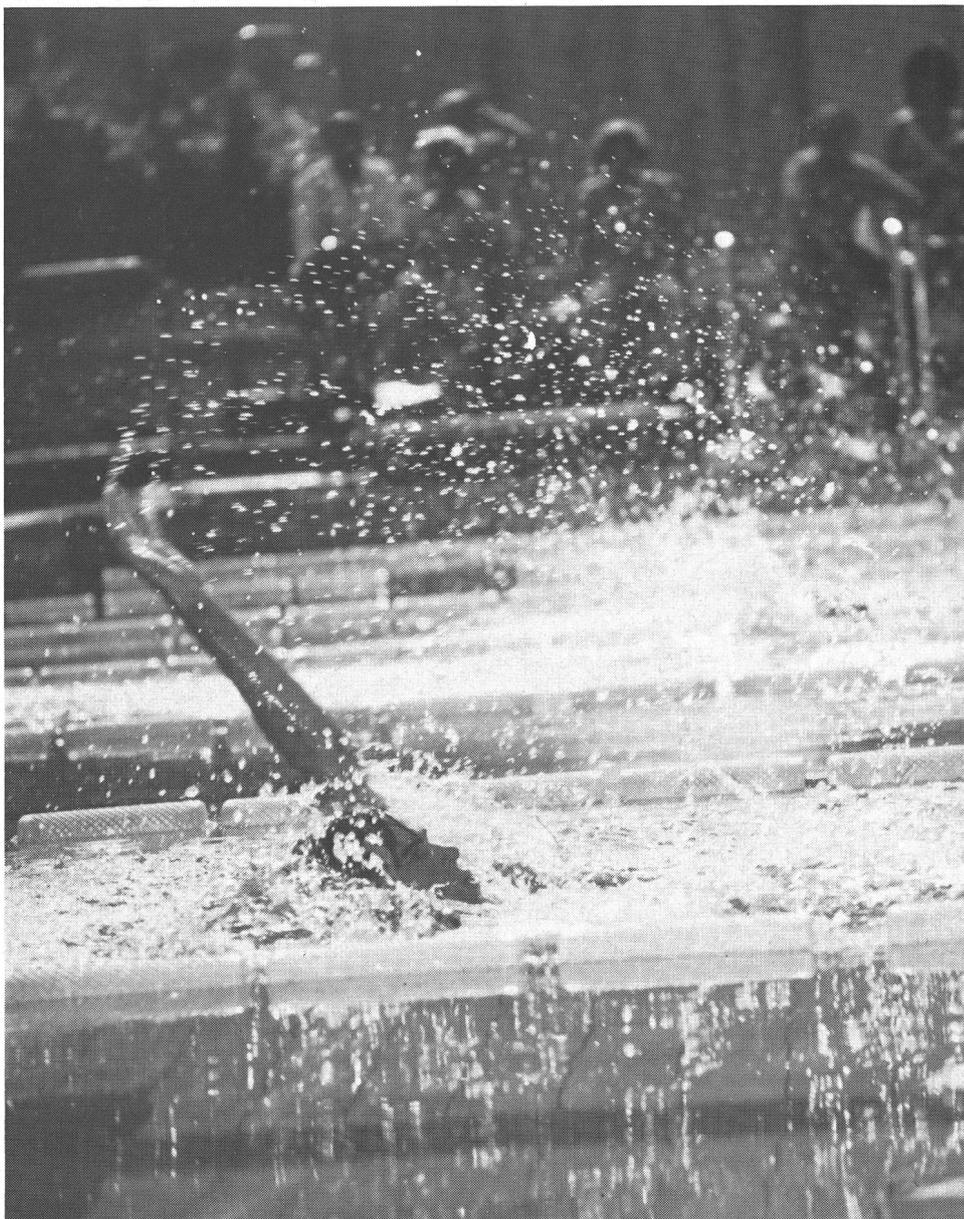
Ainsi, les «limites» établissent, par leur exigence, une sorte de «numerus clausus» qui, malgré la «transparence» du système (il peut être facilement contrôlé par un chacun) ne garantit pas toujours, à long terme, que le choix qui en résulte est le meilleur. Il faut d'ailleurs être bien conscient que les limites de performance, ou autres procédés semblables, ne constituent pas une panacée susceptible de résoudre en un tour de main les multiples problèmes de sélection qui entravent l'action des promoteurs trop pressés.

Résumé

Les «limites» de performance (normes) constituent des preuves évidentes et claires qui peuvent être exigées des sportifs d'élite lorsqu'il s'agit de procéder à une sélection quantitative ou qualificative.

En premier lieu, considéré surtout sous l'aspect des principes pédago-psychologiques orientés vers l'entraînement, le fait de solliciter une performance de l'extérieur contrarie l'athlète. En outre, contrairement à ce que l'on pourrait croire, la performance réalisée sous contrainte ne stimule pas nécessairement la volonté et elle est loin de se solder dans tous les cas par une amélioration. Ce sont les dispositions psychiques et les mécanismes propres à chaque sportif – qui diffèrent d'ailleurs fortement d'un cas à l'autre – qui sont déterminants pour la réussite ou l'échec de cette méthode. Les sportifs d'élite (et les autres aussi) connaissent fréquemment une baisse de leur niveau de rendement lorsqu'ils sont mis sous pression. Les «limites» utilisées en tant que moyen propres à déterminer si un athlète mérite d'être soutenu ou non constituent un procédé qui doit faire appel à beaucoup de prudence, en particulier lorsque ce sont des jeunes qui sont concernés. En effet, dépourvu du contexte qui a présidé à sa préparation, le résultat nu ne peut fournir que des renseignements très restreints sur les possibilités réelles de développement de son auteur. Par contre, lorsqu'il s'agit de contrôler l'évolution de l'entraînement et, surtout, de se rendre compte à quel niveau se situe la résistance psychique d'un sportif, les limites sont susceptibles de jouer un rôle appréciable. Il en va de même lorsqu'il y a lieu de faire un choix quantitatif pour autant, toutefois, qu'elles ne servent pas de critère unique.

Il est très facile de constater si une limite a été atteinte ou non; très facile aussi de prendre la décision qui y a été rattachée. Quant à la responsabilité du résultat obtenu, on la fait endosser pleinement, et sans arrière pensée, par l'athlète lui-même.



Bibliographie

- ADL (Hrsg.): Motivation im Sport (Kongressbericht) Schorndorf 1973.
 Allmer H.: Zur Diagnostik der Leistungsmotivation, Ahrensburg 1973.
 Autorenkollektiv: Sinn und Unsinn des Leistungsprinzips, Ein Symposium, München 1974.
 Gabler H.: Leistungsmotivation im Hochleistungssport, Schorndorf 1972.
 Harre D.: Trainingslehre, Berlin (Ost) 1973.
 Mentz W.: Führung und Führungsstil in der Armee. Reinach 1974.
 Oerter R.: Moderne Entwicklungspsychologie,

- Donauwörth 1973.
 Röthig P. (Red.): Sportwissenschaftliches Lexikon, Schorndorf 1976.
 Vontobel J.: Leistungsbedürfnis und soziale Umwelt, Bern 1970.
 Widmer K.: Pädagogische Aspekte der schulischen Leistung In: Grenzen der Leistung, Olten und Freiburg 1975.

Auteur de l'article:

Dr. phil. Arthur Hotz,
 Ballmoos, 3349 Zuzwil

Congrès de l'AIIESEP et Symposium de Macolin

du 11 au 16 septembre 1978

Moyens AV dans le processus d'enseignement et d'entraînement

Moyens AV dans l'enseignement du sport
Moyens AV dans la formation d'enseignants

Organisateur:

Association Internationale des Ecoles supérieures d'Education Physique, AIIESEP.

Lieu du congrès:

Ecole fédérale de gymnastique et de sport, EFGS, Macolin.

Programme:

Il s'agit de faire le point dans les domaines de la didactique des moyens audiovisuels (AV) et de la technologie de l'enseignement.

Participants:

100 professeurs d'écoles supérieures d'éducation physique d'Europe et d'Outre-mer.

Langues du congrès:

Français, anglais et allemand.

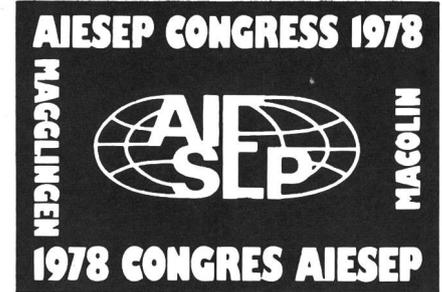
Finance d'inscription: 250 francs suisses.

Logement: à l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport à Macolin.

Délai d'inscription: le 15 juin 1978.

Renseignements et inscription:

Secrétariat du congrès de l'AIIESEP
Mlle Anita Moor, Ecole fédérale de gymnastique et de sport, CH-2532 Macolin
Téléphone 032 22 56 44/Telex 34 93 34



Der neue Katalog ist da!



Wir haben für unsere Gymnastikanzüge neue Stoffe entwickelt: Polyamid glänzend.

Wir zeigen Ihnen unser Modell Anni aus 100% Polyamid glänzend mit weißem V-Ausschnitt und weißen Manschetten. Diesen Anzug bekommen Sie in den Grundfarben schwarz, rot, blau.

Außer unseren bekannten Modellen finden Sie in unserem Katalog 1978 viele Modelle aus glänzendem Polyamid und aus Nicki-Velour.

Verlangen Sie unseren Katalog.

HANS JUNG

MODISCHE SPORT- UND FREIZEITKLEIDUNG
Postfach 295, 4800 Zofingen, Tel. 062/51 19 36



Pour votre prochain camp d'entraînement!

Leysin vous offre son grand Centre des Sports.

Patinoire couverte (été, hiver), curling, salle omnisports (45 m x 27 m), terrain de football, pistes de lancer et de saut, tennis (été, hiver), piscines, minigolf.

Facilités de logement du dortoir à l'hôtel 1re classe.

Renseignements:

Centre des Sports, 1854 Leysin, Tél. 025/6 14 42

Publicité efficace avec clichés + photolithos de



Nissen Trampoline AG

3073 Gümligen
Tel. 031/52 34 74

Nissen für:

- Trampolines
- Minitramps
- Rahmenpolster für Minitramps
- Doppelminitramps
- Tischtennis-Tische
- Bodenturnmatten
- Schaumgummimatten
- Kraftgeräte usw.

Verlangen Sie den ausführlichen NISSEN-Katalog



Nissen Trampoline SA

3073 Gümligen
Tel. 031/52 34 74

Nissen pour:

- trampolines
- mini-trampolines
- rembourrages pour mini-trampolines
- double mini-trampolines
- table de tennis de table
- tapis de gymnastique
- tapis mousse
- engins de force, etc.

Demandez le catalogue NISSEN détaillé