



ACADÉMIE  
DE NANTES

Liberté  
Égalité  
Fraternité



---

*L'excellence en EPS*

---

## *Quelles excellences en EPS ?*

**Guillaume DUPUY**

**Professeur d'EPS, Le Mans, (72)**

*La définition de l'excellence pose question en Éducation Physique et Sportive (EPS). Parce qu'ils s'adressent à tous les élèves dans des contextes d'enseignement variés, les professeurs d'EPS définissent l'excellence chacun à leur façon, de manière contextualisée. À partir de définitions de l'excellence centrées sur les processus en jeu dans l'activité d'apprentissage, sur la motricité et sur la relation à l'autre, cet article propose quelques pistes de réflexion pour tenter de permettre à chaque élève de briller au regard des intentions pédagogiques définies à un moment ou à un autre, dans une situation ou dans une autre.*

Guillaume DUPUY, Quelles excellences en EPS ?

Janvier 2023 - Partie 1 - Article 1 - page 1





# Questions de définitions

---

## Comment définir l'excellence ?

---

Qu'est-ce qu'exceller en EPS ? La définition de l'excellence proposée dans le Littré évoque un « éminent degré de qualité, en un genre »<sup>1</sup>. Mais quelles qualités sont valorisées en EPS ? Dans quels genres de situations sont-elles observables ?

L'excellence peut être définie dans l'univers sportif comme la capacité à performer, au plus haut niveau de compétition, dans un sport donné. Forts de socialisations longues et sacrificielles orientées, souvent dès le plus jeune âge, vers la performance dans leur sport de prédilection, les sportifs de très haut niveau excellent chacun dans une catégorie de situations donnée, dans un sport donné<sup>2</sup>. Leur excellence se mesure à leur palmarès et à la stabilité de leurs performances sportives de très haut niveau, comme Teddy Riner au judo ou Jeannie Longo en cyclisme. La définition et la mesure de l'excellence sont plus complexes en EPS.

Contrairement à l'univers sportif, il n'existe ni en EPS ni dans le système scolaire d'échelles de mesure des qualités, des performances, des compétences à la fois relativement stables dans le temps et homogènes sur l'ensemble du territoire national. Passé par les épreuves écrites du CAPEPS ou de l'agrégation, le professeur d'EPS envisage avec aisance le fait que la définition de l'excellence en EPS se pose différemment en 1950, en 1975 ou aujourd'hui. Après avoir travaillé dans quelques établissements différents, il comprend également sans mal que la définition de l'excellence à l'école et en EPS varie d'un établissement à l'autre<sup>3</sup>. Dès lors, ce qui est reconnu collectivement comme excellent ici peut être considéré comme banal là-bas. Au contraire, une réalisation perçue comme ordinaire à un moment donné dans un endroit donné peut valoir la reconnaissance par tous d'une forme d'excellence dans un autre contexte.

---

<sup>1</sup> LITTRÉ (E.), Dictionnaire de la langue française, 1873. <https://gallica.bnf.fr/ark:/12148/bpt6k5406698m/f615>

<sup>2</sup> BERTRAND (J.), « La fabrique des footballeurs », La dispute, 2012 ; SCHOTTÉ (M.), « La construction du « talent ». Sociologie de la domination des coureurs marocains, Raisons d'Agir, 2012.

<sup>3</sup> FELOUZIS (G.), MAROY (C.), VAN ZANTEN (A.), « Les marchés scolaires. Sociologie d'une politique publique d'éducation », Presses Universitaires de France, 2013.

En effet, un éminent degré de qualité se reconnaît et se mesure largement en fonction de ce que font et des qualités manifestées par les autres. Pour le meilleur, car cette comparaison volontaire ou involontaire participe de l'apprentissage par imitation, parce que la reconnaissance par les autres d'une forme d'excellence contribue à la construction du sentiment de compétence et d'une image positive de soi. Pour le pire, aussi, car l'évaluation, donc la reconnaissance de l'excellence, est toujours biaisée par les effets d'établissement et de classe<sup>4</sup>. La définition de l'excellence en EPS peut donc, d'ores et déjà, être définie comme nécessairement contextualisée, c'est-à-dire relative à un établissement, à un niveau, à une classe, à un groupe d'élèves à un moment donné.

---

## Des excellences en EPS

---

Cette nécessaire contextualisation ainsi que la polysémie du terme "excellence" amènent à penser l'excellence en EPS au pluriel<sup>5</sup>. Dans la mesure où l'excellence scolaire est une « réalité construite »<sup>6</sup>, où les programmes disciplinaires permettent à chaque équipe pédagogique de définir des plans de formation contextualisés à l'échelle de l'établissement, les professeurs d'EPS ont les moyens de proposer des définitions locales de l'excellence, de ce que sont idéalement les élèves à un moment de leur cursus ou à son issue dans l'établissement. Indissociablement, ces manières de concevoir l'excellence sont présentées de manières différentielles par chaque enseignant en fonction des valeurs qu'il porte, de sa biographie, de la manière dont il perçoit son activité professorale. Les définitions de l'excellence adoptées sont donc, aussi, colorées par les sensibilités de chaque professeur.

De plus, l'excellence est relative à quelque chose. Ce quelque chose étant toujours pluriel en EPS, les excellences s'y manifestent de manières circonscrites, dans l'immédiateté du travail efficace, du geste juste ou de l'entraide, par exemple. Elles s'expriment également dans un sens plus général, dans le temps long, celui de l'année ou de la scolarité, par la constance des résultats dans l'ensemble des attendus de fin de scolarité, indépendamment de l'activité support. Les excellences s'y observent, enfin, de manières autoréférencées : quelle que soit la situation, un élève est susceptible de produire un excellent travail au regard de ce que ses dispositions et ses ambitions lui permettaient *a priori* d'envisager. De ce point de vue, adopter en danse, pour un élève timide et introverti, une motricité expressive et interpréter son rôle avec sensibilité devant le public relève par exemple, pour lui, de l'excellence.

---

<sup>4</sup> LECLERC (D.), NICAISE (J.), DEMEUSE (M.), « Docimologie critique : des difficultés de noter des copies et d'attribuer des notes aux élèves », In DEMEUSE (M.), Introduction aux théories et aux méthodes de la mesure en sciences psychologiques et en sciences de l'éducation, Éditions de l'Université de Liège, 2004.

<sup>5</sup> LIGNIER (W), PASQUALI (P), « L'excellence décalée, ou comment subvertir l'institution scolaire sans en sortir », *Sociétés contemporaines* n° 102, 2016.

<sup>6</sup> PERRENOUD (P), « La fabrication de l'excellence scolaire. Du curriculum aux pratiques d'évaluation », Librairie Droz, 2010.

En conséquence, les définitions possibles de l'excellence en EPS sont nombreuses. Elles prennent forme et sens dans des rencontres entre habitus professoraux et contextes d'enseignement, dans la complexité de la relation qui unit l'engagement d'élèves singuliers avec les situations pédagogiques choisies par un professeur donné dans un contexte particulier. La question qui se pose finalement à l'enseignant est donc moins celle d'une définition standardisée de l'excellence en EPS que celle de caractérisations situées des excellences, relatives à des contextes, à des moments, à des élèves et à des objectifs pédagogiques particuliers. Celles-ci guident alors le professeur dans sa recherche de solutions pédagogiques permettant d'offrir à chacun les moyens d'exceller dans telle ou telle situation, dans tel ou tel domaine d'activité.



## Quelles excellences en EPS ?

Dès lors, sur quoi s'appuyer pour construire des situations permettant à chaque élève d'exceller et d'être reconnu comme excellent par d'autres à un moment, dans un contexte, dans un type de situation ? Des propositions de réponses concrètes et illustrées (non exhaustives) sont regroupées ci-dessous dans trois domaines.

Le premier relève de l'activité d'apprentissage. En effet, si l'essentiel dans l'éducation en général, en EPS en particulier, est « dans le travail de l'éduqué sur lui-même, travail imprévisible et caché »<sup>7</sup> qui lui permet d'apprendre et d'entretenir l'envie d'apprendre dans le temps long, l'action de l'enseignant revêt une importance considérable en ce qu'elle encadre plus ou moins l'activité d'apprentissage des élèves et favorise avec plus ou moins de réussite l'engagement de chaque élève dans ce travail. Le second domaine concerne la spécificité motrice de l'EPS et le troisième la construction d'un rapport positif et individué à l'autre, domaines qui offrent également aux élèves différentes manières et occasions d'exceller en EPS.

---

### Des excellences relatives à l'activité d'apprentissage

---

#### L'ouverture d'esprit nécessaire à l'apprentissage

Par définition, l'apprentissage nécessite une forme d'ouverture d'esprit, un rapport positif à la découverte et à la nouveauté. Il requiert également une acceptation du changement, une écoute et une capacité à prendre en compte les suggestions. De ce point de vue, la capacité à exceller dans l'apprentissage, quel qu'il soit, est dépendante de la réceptivité à l'égard de la connaissance parfois dissonante ainsi que de l'acceptation de vivre l'expérience nouvelle, y compris lorsqu'elle est *a priori* peu attrayante, perçue comme inquiétante, étrangère à ses motifs d'agir du moment. L'élève excellent dans l'ouverture aux apprentissages fait confiance à son enseignant dès lors que les propositions pédagogiques sont justifiées, s'engage dans les situations d'apprentissage et fait

---

<sup>7</sup> REBOUL (O.), « La philosophie de l'éducation », Presses universitaires de France, 2018.

tout pour prendre en compte les suggestions et feedbacks, y compris quand ils remettent en question ses représentations initiales. Pour un élève étranger à l'univers des activités destinées à être vues et jugées par autrui, adopter une attitude positive vis-à-vis de la découverte de techniques relatives à la motricité expressive en danse et accepter de les mettre en pratique en groupe, puis en public, malgré sa timidité et son introversion relève, par exemple, sur le plan du processus d'apprentissage, de l'excellence. Une telle ouverture est encouragée par le professeur par des compliments publics destinés aux élèves ayant fait preuve d'ouverture soit après avoir manifesté quelques réserves avant de finalement s'engager, soit immédiatement dans une situation d'apprentissage manifestement dissonante pour la majorité des élèves.

### La concentration et l'application

L'apprentissage est également déterminé par la capacité à discriminer, parmi le vaste ensemble de stimuli qu'offre la vie d'une classe, les informations les plus pertinentes et les éléments sur lesquels porter son attention. L'excellent élève parvient, de ce point de vue, à se mettre dans une sorte de bulle mentale pour négliger toutes les informations non utiles et être exclusivement accaparé par les éléments pertinents de la situation d'enseignement-apprentissage. En terminale, par exemple, se préoccuper exclusivement de sa pratique et de celle de son groupe de travail en danse sans que la pratique de tous les autres, les interactions entre eux et la multitude d'éléments susceptibles de capter l'attention n'entrent en concurrence avec l'attention portée à sa propre tâche est assimilable à une forme d'excellence dans l'apprentissage.

### L'engagement physique

En EPS, l'apprentissage requiert bien souvent une importante dépense énergétique et la production d'intenses efforts physiques. La capacité à produire et répéter de tels efforts relève donc aussi de l'excellence dans l'engagement nécessaire à l'apprentissage en EPS. De ce point de vue, l'excellent élève fait preuve d'abnégation lorsque la dépense énergétique est inconfortable. Il persévère et multiplie les efforts à la limite de ce que ses dispositions physiques du moment lui permettent de faire. Reproduire des courses à haute intensité pour offrir de nombreuses solutions de passes dans les espaces les plus judicieux dans les activités du champ d'apprentissage 4 est par exemple nécessaire pour « jouer juste », mais aussi pour ajuster et apprendre lorsque les courses ne sont pas encore judicieuses. Cet engagement est favorisé par l'enseignant par différents procédés, dont celui consistant à insister sur le sens de l'apprentissage ciblé et de la forme de travail proposée.

### La persévérance et l'acceptation de l'erreur

Entretenir un rapport positif à l'erreur et la considérer comme un élément constitutif de l'apprentissage est une autre condition de l'apprentissage efficace. Sur ce plan, l'excellent élève reste calme devant l'erreur. Il la considère comme un challenge à dépasser dans un long processus d'apprentissage nécessitant de persévérer dans la durée pour progresser et réguler ses actions dans ses tentatives face à un problème donné. Toujours en danse, l'excellence prend par exemple la forme de l'acceptation que les efforts intenses produits à l'occasion de la construction de la chorégraphie, des répétitions nécessaires à la coordination des actions et à la mémorisation de l'enchaînement ne soient pas immédiatement couronnés de succès. Les premières prises de conscience du résultat de ce travail, à l'aide d'un visionnage vidéo commenté, aboutissent au maintien, malgré tout, dans la durée, d'un haut niveau d'engagement. Ce type de rapport positif à l'erreur est par exemple facilité par un rapport détendu de l'enseignant à l'erreur, par un rapport

distancié à l'évaluation sommative et certificative. Il l'est également par une mise en perspective des réussites et des erreurs des uns et des autres relativement aux trajectoires biographiques de chacun sur le plan de la pratique physique. Expliquer aux élèves en difficulté au badminton que la pratique de longue date d'une activité de ballon ou de raquette engageant systématiquement la lecture de trajectoire favorise une aisance dans les activités de raquettes dont ne peuvent bénéficier ceux qui pratiquent d'autres types d'activités depuis plusieurs années est, par exemple, un bon moyen d'une prise de hauteur favorable à la persévérance dans les apprentissages et au développement d'un rapport positif à l'erreur.

### La lucidité et l'attribution causale

La lucidité de l'élève vis-à-vis de ses actions et apprentissages ainsi que la pertinence de ses attributions causales sont également autant d'éléments constitutifs d'une forme d'esprit critique lui permettant de prendre de la hauteur par rapport à sa pratique. De ce point de vue, l'excellence se manifeste par la capacité à discriminer pertinemment ce qui est en cause dans ses réussites et ses progrès, dans ses échecs et ses difficultés, pour faire la part des choses entre ce qui lui revient et ce qui est contextuel, de l'ordre de l'aléa, de l'entraide ou de l'incertitude de l'environnement. Que l'élève s'attribue les mérites d'un progrès net et observable, comme la réalisation d'un mouvement, ample, complexe, rythmé et coordonné avec les autres élèves du groupe, et non le mettre à l'actif exclusif de ses partenaires qui l'ont aidé à apprendre ce nouveau mouvement, est une réussite. Reconnaître, au contraire, que la chorégraphie collective est parfois moins le résultat de sa propre action que de l'excellence du travail de certains partenaires en est une autre. Mais multiplier de telles réussites dans l'attribution causale relève d'une forme d'excellence dans l'activité d'apprentissages en EPS qu'il est possible de reconnaître, valoriser et favoriser par l'utilisation de l'évaluation formatrice, par un va et vient régulier entre évaluation, coévaluation et autoévaluation.

### La motivation, la curiosité et la volonté de s'élever

Enfin, l'excellence prend la forme d'un engagement personnel en EPS non pas motivé par l'obtention d'une bonne note, d'une bonne appréciation, de l'approbation des parents ou de l'enseignant, mais par ambition personnelle, par volonté de se construire, de se dépasser en étendant incessamment ses connaissances et ses capacités. Le professeur oriente l'ensemble de ses constructions didactiques et toute sa communication auprès des élèves afin de viser le dépassement par ceux-ci de la logique du « faire » et à les aider à entrer dans une démarche de questionnement incessant au sujet du « comment le faire », du « pourquoi le faire ainsi » et, enfin, du « pourquoi le faire ». Pour favoriser l'atteinte par les élèves de cette forme d'excellence, il limite autant que possible l'évocation de l'évaluation comme justification des activités et apprentissages proposés. Il prend au maximum en considération les besoins d'autodétermination et d'autonomie, d'affiliation et de compétence. Il adapte ses propositions aux diverses inclinations motivationnelles, de maîtrise ou de performance, tout en ayant recourt dès que possible à des justifications scientifiques, culturelles et institutionnelles.

### La polyvalence et l'adaptabilité motrice

L'excellence en EPS peut aussi être définie par la polyvalence et la capacité de l'élève à adapter efficacement sa motricité à tout type de situations, dans tous les champs d'apprentissage et dans toutes les activités pratiquées en EPS. L'élève excellent de ce point de vue répond favorablement aux exigences déterminées par l'équipe pédagogique liées à l'objectif général 1 dans toutes les séquences et tous les champs d'apprentissage abordés pendant l'année, voire tout au long du cursus collégien ou lycéen. Le suivi des apprentissages tout au long de la scolarité dans l'établissement représente un moyen possible de mettre en évidence une telle forme d'excellence en EPS.

### La performance sportive, technique

Plus ponctuellement et de manière beaucoup plus circonscrite, exceller en EPS, c'est aussi avoir le geste juste dans une situation donnée. C'est maîtriser parfaitement, ponctuellement ou plus durablement une technique gestuelle, avoir un sens tactique permettant d'être efficace dans une situation donnée ou un type de situation. Cette forme d'excellence se confond avec la performance sportive et ne peut être exclue des manières par lesquelles chaque élève peut exceller en EPS, y compris lorsqu'il doit cette excellence à des apprentissages réalisés en dehors des cours d'EPS. Maîtriser l'amorti de fond de court au badminton et parvenir, par une préparation commune au dégagement ou au smash, à le dissimuler, représente par exemple une forme d'excellence située, un élément distinctif permettant d'être à la fois plus efficace que les autres et reconnu comme excellent par les autres dans la maîtrise de cette technique particulière. Les évaluations formatrices et sommatives permettent généralement de reconnaître ce type d'excellence dans les critères relatifs à l'objectif général 1 visant à "développer sa motricité"<sup>8</sup>.

### Le dépassement de soi

Parvenir à se dépasser, à toucher ou repousser ses limites personnelles est aussi une forme autoréférencée d'excellence. Comprendre ce qui n'était pas compris jusque-là, faire ce qui ne pouvait être fait jusque-là, voir ce qui ne pouvait être vu jusque-là, faire mieux que ce qui était a priori envisageable, quel que soit son niveau, s'apparente à une victoire sur soi-même assimilable à une forme d'excellence. Le professeur d'EPS organise ainsi des parcours et propose des repères permettant aux élèves de percevoir ses réussites afin de tenter de faire naître chez eux un sentiment d'excellence, comme le montre Nicolas Chevailler dans ce numéro<sup>9</sup>. Pour un élève de première asthmatique en état de résignation apprise, en demi-fond, n'ayant jamais réussi de toute sa scolarité à courir plus de 400 mètres sans s'arrêter, réussir à courir à très faible allure pendant 15 minutes relève par exemple, pour lui, à ce moment-là, de l'excellence, même s'il n'entre pas dans le cadre des attendus définis pour l'ensemble des élèves sur cette séquence d'enseignement.

---

<sup>8</sup> Programme EPS du lycée général et technologique, bulletin officiel spécial n° 1 du 22 janvier 2019.

<sup>9</sup> CHEVAILLER (N.), « Naissance d'un sentiment d'excellence », *e-novEPS* n° 24, 2023.

### L'entraide et l'altruisme

La capacité à s'intéresser et à se dévouer à autrui est explicitement attendue des élèves en EPS, de même que l'inscription dans des rapports interpersonnels d'entraide et de coopération. Par les formes très majoritairement collectives des pratiques proposées en EPS, les occasions d'exceller en la matière sont nombreuses. L'excellent élève en la matière repère les situations où les autres sont en difficulté et propose son aide sans qu'il soit besoin de le lui demander. Il assure leur sécurité s'il juge la situation risquée, prodigue des conseils s'il pense pouvoir apporter quelque chose de plus à l'autre, se tient toujours disponible pour assurer des rôles de partenaire d'entraînement, d'aide, parade, arbitre, coach, observateur. Il est finalement un élève bienveillant sur lequel tous les autres peuvent compter, y compris ceux avec qui il n'entretient pas de relations affinitaires. En acrosport, par exemple, l'excellence est, en l'espèce, la régularité par laquelle l'élève aide ses partenaires à construire leurs nouveaux pouvoirs moteurs, artistiques comme acrobatiques, celle par laquelle il assure leur sécurité, tant pendant les moments de parade, où c'est spécifiquement son rôle, que tout au long des cours, pendant lesquels la sécurité doit être repensée en permanence en fonction des aléas de la vie de groupe.

### L'empathie et la diplomatie

La qualité de la relation aux autres est largement dépendante de la capacité à prendre en compte ce que l'autre est susceptible de ressentir pour communiquer avec habileté, avec tact et trouver des solutions permettant à chacun, en faisant quelques concessions à l'autre, de s'inscrire positivement dans un projet collectif. L'excellent élève est, en la matière, capable de dissimuler ses réticences à coopérer avec un autre élève pour tenter de l'intégrer au groupe et créer les conditions d'une relation constructive. Il prend en compte le point de vue de l'autre, ses forces et ses difficultés, pour essayer de lui offrir les moyens de participer activement et positivement au travail de groupe sans renoncer, pour autant, à faire valoir son propre point de vue. Pour un groupe d'élève constitué en acrosport ou en danse, intégrer a posteriori un élève peu apprécié sans lui faire ressentir ses réticences pour ne pas le blesser relève par exemple d'un haut niveau d'empathie et de l'excellence diplomatique. Grouper les élèves de manière non affinitaire tout en affichant explicitement cet objectif pédagogique est par exemple un moyen de faire du travail collectif une occasion d'apprendre à œuvrer avec empathie et diplomatie.

### L'individuation

La relation aux autres se définit aussi dans la capacité à s'individuer, à se positionner vis-à-vis de la tension qui oppose l'affirmation de l'individu, avec ses idées, ses valeurs, son rapport au monde, et la prise en compte de l'autre et des autres, des forces sociales à l'œuvre qui tendent à contrarier cette affirmation, comme le conformisme ou la soumission à l'autorité. Une forme d'excellence en EPS se définit ainsi comme une prise de hauteur à l'égard de ce qui est attendu et de ce qui est réalisé par les autres. C'est la manifestation d'une capacité à penser ou agir différemment des autres lorsqu'il s'agit d'atteindre un but déterminé, à faire preuve d'esprit critique.



Une autre forme de l'excellence revient à prendre avec recul le discours et les attentes professorales pour ne pas se soumettre aveuglément à son autorité. L'excellent élève, de ce point de vue, toujours en questionnement sur ses actions, agit prioritairement en fonction de ce qu'il pense et a compris, sans se laisser influencer par les actions entreprises par les autres, y compris lorsqu'ils agissent majoritairement différemment de lui. Il est en mesure de tenir sa position, de l'assumer, de la justifier. Classiquement, cela revient par exemple à poursuivre sa mise en train en début d'échauffement pendant le temps initialement prévu même si la majorité des autres élèves tend à écourter celui-ci par souci d'économie.

Il est aussi critique à l'égard des demandes du professeur. Il ne s'implique pas sans avoir compris le sens et cautionné, sur le plan de ses valeurs, les actions qu'il est amené à réaliser dans le cadre des situations d'apprentissage. Concrètement, cela revient pour l'élève à solliciter l'enseignant pour discuter avec lui dès que des éléments de la situation d'enseignement-apprentissage proposée lui posent un problème du point de vue du sens et des valeurs engagées. Devant un enseignant qui utilise, par exemple, en musculation, le contact de sa paume de main entre les omoplates de ses élèves pour vérifier en une ou deux secondes la chaleur dégagée par le corps à l'effort et estimer, ainsi, si l'intensité de pratique est suffisante par rapport aux objectifs poursuivis, l'excellent élève qui vit ce contact anodin comme une intrusion dans son espace intime ne laisse pas la situation perdurer au prétexte que c'est l'enseignant. Il exprime poliment son ressenti pour justifier sa demande de cesser d'utiliser cet outil pédagogique.



## Conclusion

Les caractéristiques de l'excellence en EPS sont nombreuses, d'autant que celles évoquées ci-dessus ne sont pas exhaustives. Elles se positionnent sur un continuum allant d'une temporalité brève, celle de la réalisation d'un excellent geste, par exemple, à une temporalité beaucoup plus longue, comme celle d'une excellente polyvalence tout au long du cursus secondaire.

Il s'agit finalement de proposer aux élèves de se mettre explicitement en quête d'excellences à divers moments, en fonction de leurs dispositions, dans diverses situations identifiables.

Le professeur, pour sa part, organise des situations nombreuses et variées permettant à ses élèves d'exceller d'une manière ou d'une autre. Il reconnaît dès que possible les excellences de chacun pour les donner à voir aux autres et contribuer, ainsi, au développement du sentiment de compétence et d'une meilleure estime de soi des élèves.