

Université de Nantes
UFR STAPS

Année universitaire 2014/2015

1^{ère} session – 1er Semestre

Année d'études : L3 Entraînement sportif
Enseignant responsable : Sylvain DOREL

Durée de l'épreuve : 1h30
Documents autorisés : aucun
Calculatrice non programmable autorisée

UEF T5511-- : Connaissances scientifiques et Entraînement (1)
EC T55111- : Déterminants physiologiques de la performance

Question 1 (2 points): Donnez le principe et les limites de la méthode de l'impédancemétrie bioélectrique pour estimer la composition corporelle.

Question 2 (4 points) : Le test de Wingate.

- a) Décrivez rapidement le protocole
- b) Quels sont les 3 indices qu'il permet de mesurer ?
- c) Donnez 2 exemples de disciplines sportives pour lesquelles ce test serait pertinent : justifiez brièvement.

Question 3 (5 points) :

Détailler quelles qualités musculaires sont évaluées lors d'un test de détente verticale type « squat jump » ? Comment est mesurée la hauteur de saut avec le système optojump ? Quelle qualité supplémentaire par rapport au « squat jump » peut-on évaluer en faisant un test en « contre mouvement jump » ? Expliquez.

Question 4 (9 points) :

Une fiche de résultats d'un test de VMA-VO_{2max} est détaillée sur la feuille suivante.

- a) Confirmez-vous que les valeurs de VMA et VO_{2max} indiquées par l'évaluateur dans le tableau de synthèse sont correctes? Justifiez rapidement.
- b) Le sujet a-t-il réussi son test de VO_{2max} ? Autrement dit, les valeurs atteintes sont-elles représentatives de l'atteinte de VO_{2max} ? Citez une variable (non indiquée sur la fiche) qui aurait pu permettre de donner un critère supplémentaire d'atteinte du VO_{2max}.
- c) Tracez l'évolution de la lactatémie au cours du test (en la superposant aux valeurs de FC et VO₂ sur le graphique : rajouter une échelle en ordonnée). Déterminer le seuil lactique 2, justifiez.
- d) Remplissez le tableau de synthèse concernant le seuil Lactique 2 avec les valeurs exprimées en % de VMA, Fc, % de FCmax, et % de VO_{2max}
- e) Estimez le niveau d'expertise du sujet en vous appuyant sur les différentes valeurs obtenues au cours du test: sédentaire, actif, entraîné, très entraîné, niveau international ?

Annexe : à remplir et à insérer dans la copie

Nom et prénom de l'étudiant :

TEST D'INTENSITE CROISSANTE DE COURSE A PIED
Protocole : 3 minutes d'effort par paliers de 1 km/h, r=30"
Effectué le 07/01/2007

NOM : DP

Poids : 71 kg

Taille : 183 cm

Age : 25 ans

Vitesse km/h	Palier min	VO ₂ L/min	VO ₂ ml/min/kg	V _E (l/min)	FR cpm	VC L	FC bpm	Lactatémie (mmol/l)
12	3,0	3,33	46,9	66,4	25,9	2,67	130	1,4
14	3,0	3,89	54,7	82,0	26,1	3,18	142	1,3
16	3,0	4,44	62,5	97,0	30,4	3,19	155	1,8
17	3,0	4,72	66,5	108,6	34,2	3,18	164	2,1
18	3,0	5,02	70,7	118,2	33,7	3,53	170	3,1
19	3,0	5,18	72,9	137,5	41,1	3,35	178	5,1
20	3,0	5,32	75,0	173,5	54,3	3,20	183	6,2
21	1,5	5,40	76,1	185,2	61,3	3,02	182	7,3

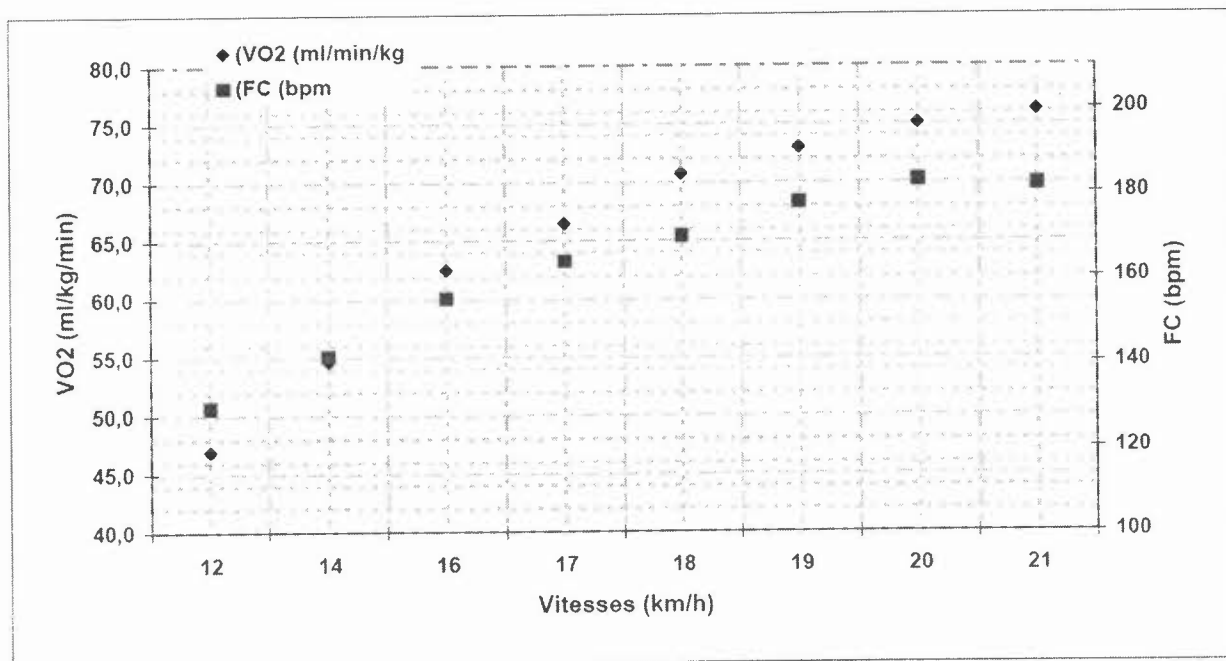
Analyseur des échanges gazeux : K4b² ; COSMED (moyennes sur 30 secondes)

VE : débit ventilatoire ; FR : Fréquence respiratoire ; VC volume courant ; FC : Fréquence cardiaque ;

VO₂ : consommation d'oxygène exprimée soit en valeur absolue (l/min) ou en valeur relative (ml/min/kg)

VMA	VO _{2max}	FC _{max}
km/h	ml/min/kg	bpm
20,5	76,1	183

Seuil lactique 2 (anaérobie)				
Vitesse km/h	% VMA %	FC bpm	%FC _{max} %	%VO _{2max} %



Université de Nantes
UFR STAPS

Année universitaire 2014/2015

1^{ère} session, 1^{er} semestre

Année d'études : *Licence 3 Entraînement sportif*
Enseignant responsable : *B. Viaud*

Durée de l'épreuve : *1 heure 30*
Documents autorisés : *aucun*

UEF 5511 : *Connaissances scientifiques et entraînement (1).*
EC 55113 : *Sociologie du sport de haut niveau.*

ATTENTION :

La réponse au sujet doit impérativement être dissertée.

Sujet :

Qu'est-ce qu'un « sportif de haut niveau » ?

Après avoir explicité les conditions historiques et sociales de construction d'une telle catégorie, vous en présenterez le caractère discriminant.

Université de Nantes
UFR STAPS

Année universitaire 2014/2015

1^{ème} session, 1^{ème} semestre

Année d'études : *Licence 3 Entraînement sportif*
Enseignants responsables : Christophe CORNU, Antoine NORDEZ

Durée de l'épreuve : *1 heure 30*
Documents autorisés : *AUCUN*

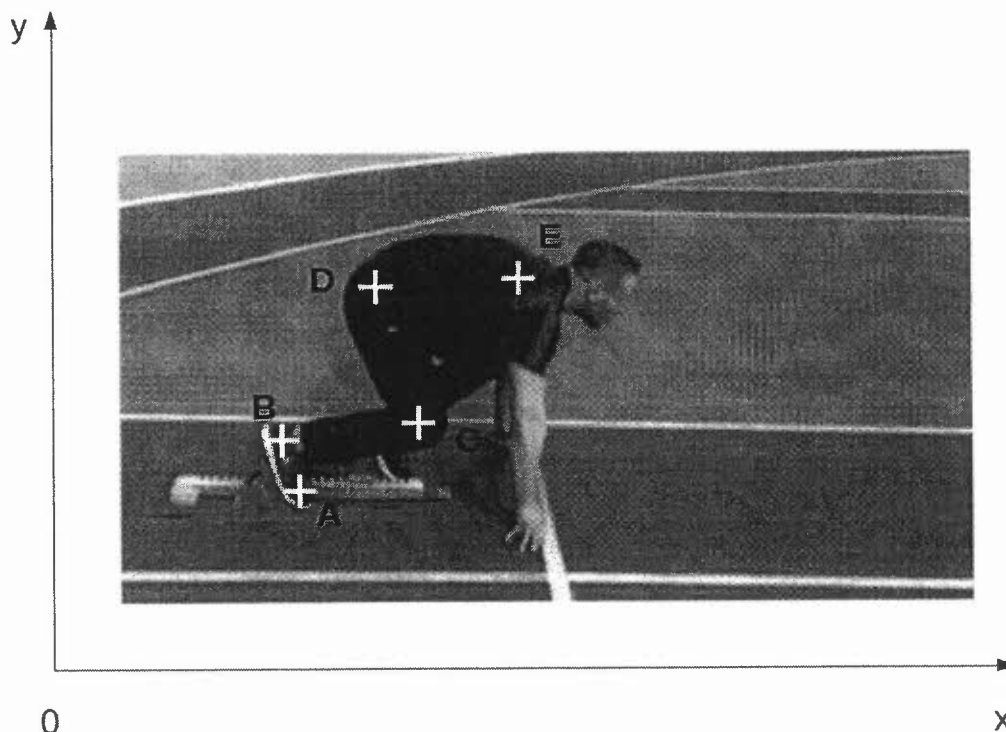
UEF T 5511-- Connaissances scientifiques et entraînement (1)

EC T 55112 --Déterminants biomécaniques de la performance

Vous traiterez les deux exercices suivants sur deux copies séparées
Ce sujet comporte 2 pages

Exercice 1 : A NORDEZ (10 points)

On s'intéresse à la phase de départ en sprint.



1/ Détaillez deux méthodes permettant d'obtenir les positions des points A, B, C, D et E dans le repère Oxy. (3 pts)

2/ A partir de ces mesures, détaillez les calculs permettant d'obtenir l'angle du genou. Précisez les hypothèses et le modèle nécessaires pour cela. (3 pts)

3/ Les efforts au niveau des pieds sont mesurés grâce à une plate-forme de force. Sur la base des mesures précisées ci-dessus, on souhaite calculer les efforts au niveau des articulations de la cheville, du genou et de la hanche sur la base de la dynamique inverse à partir du moment où les mains du sprinter ne sont plus en contact avec le sol. Expliquez dans le détail comment ce calcul fonctionne, les données nécessaires, comment elles peuvent être obtenues, ce qui peut être calculé, et ce qui ne peut pas être calculé. (4 pts)

Exercice 2 : C CORNU (10 points)

1- Expliquez l'incidence potentielle de l'architecture du muscle (surface de section, longueur de fascicule, angle de pennation...) sur la capacité de production de force. (4 pts)

En vous aidant du schéma ci-dessous, décrit en TD, expliquez brièvement l'impact de cette architecture sur la vitesse de contraction du muscle. (2 pts)

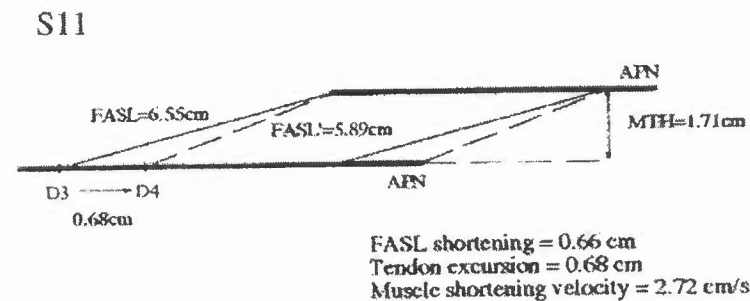
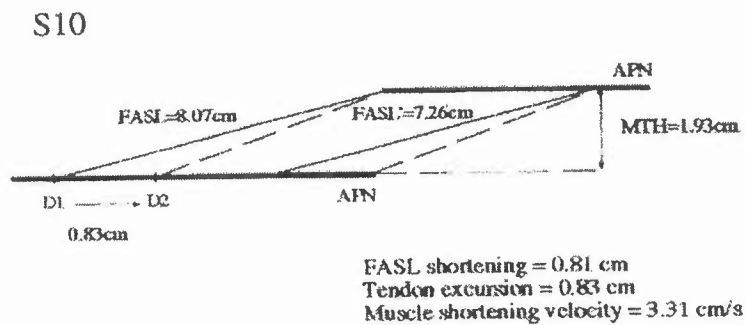


Illustration schématique du muscle gastrocnémien latéral représentant le déplacement tendineux généré par le raccourcissement d'un fascicule musculaire. Les valeurs moyennes de l'épaisseur du muscle (muscle thickness = MTH) et de longueur de fascicule (FASL) de sprinters hommes dont le record personnel sur 100 m est compris entre 10 et 10,9 s (S10) et entre 11 et 11,7 s (S11) ont été utilisées pour cette représentation. Les traits épais correspondent aux aponévroses (APN) sur lesquelles s'insèrent les fascicules musculaires au niveau des points Dx. FASL' correspond à la longueur du fascicule pour un raccourcissement de 10% de sa longueur initiale obtenu en 250 ms dans chacun des deux muscles.

2- Vous souhaitez réaliser une mesure du couple de force maximal des extenseurs de la jambe en condition dynamique à l'aide d'un ergomètre segmentaire, chez un athlète d'une spécialité de votre choix. Quels protocoles d'évaluation pouvez-vous envisager et quels paramètres ou relations (en les définissant) pouvez-vous extraire à partir de ce(s) protocole(s) permettant de caractériser la capacité de production de force du groupe musculaire testé chez cet athlète ? (4 pts)

Université de Nantes
UFR STAPS

Année universitaire 2014/2015

1^{ère} session, 1^{er} semestre

Dispensés d'assiduité

Année d'études : Licence 3 Entraînement Sportif
Enseignant responsable : Marina BOURBOUSSON

Durée de l'épreuve : 2h
Documents autorisés : Aucun

UE T5512C- Connaissances du domaine de l'entraînement
EC -T5512C3 - Déterminants psychologiques de la performance sportive

En vous appuyant sur les éléments au cœur de la théorie de l'autodétermination (Deci & Ryan) et le modèle hiérarchique de la motivation intrinsèque et extrinsèque (Vallerand, 1997) précisez quels sont les moyens dont disposent les entraîneurs pour s'assurer que leurs athlètes développent une certaine motivation (ou autonomie) vis-à-vis des situations d'entraînement ou des compétitions.

NB : Les notions et éléments théoriques sont à expliciter, à préciser. Vous pourrez développer des exemples pour appuyer votre argumentation.

Université de Nantes
UFR STAPS

Année universitaire 2014/2015

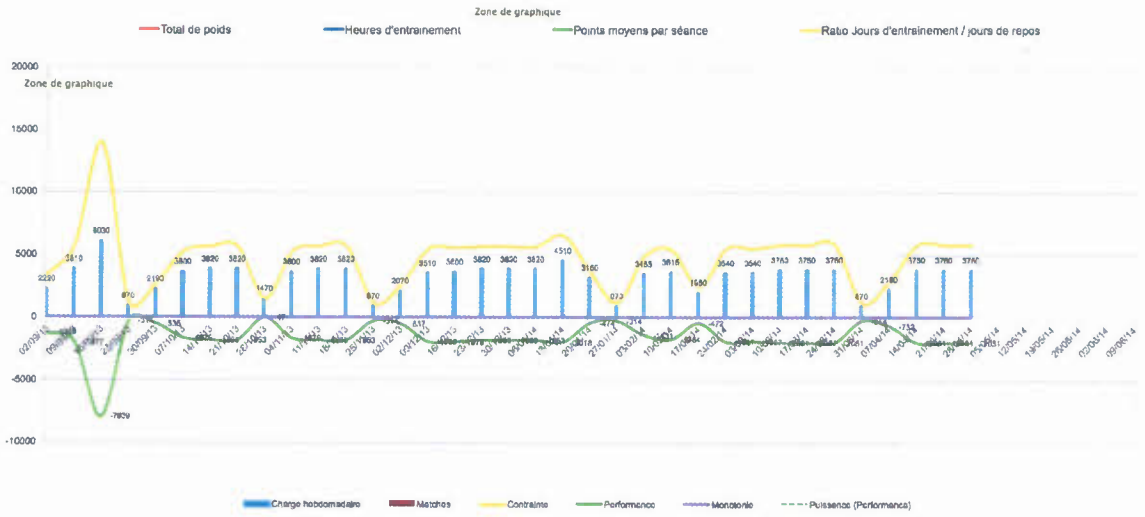
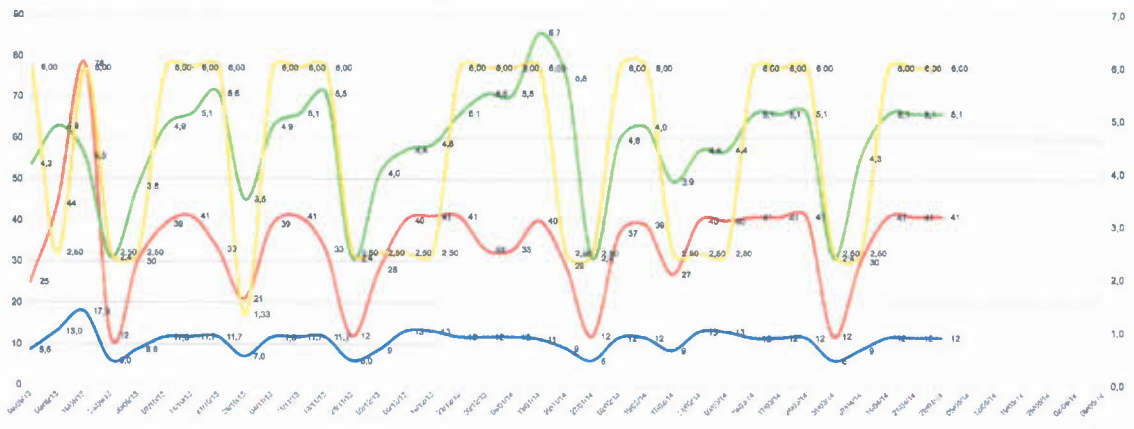
1^e session, 1^{er} semestre

Année d'études : *L3 ES*
Enseignant responsable : MORIN Stéphane

Durée de l'épreuve : 1h30
Documents autorisés : *uniquement les graphiques du TD*

UE T5512C- : Connaissances du domaine de l'entraînement (2)
EC T55121 : Méthodologie de l'entraînement sportif

Sujet : *Au regard de la littérature scientifique et des pratiques usuelles, vous analyserez les avantages et inconvénients du suivi de la charge d'entraînement avec la méthode de Foster C. (1998).*



Université de Nantes
UFR STAPS

Année universitaire 2014/2015

1^{ère} session, 1^{er} semestre

Année d'études : Licence 3^{ème} année
Enseignant responsable : Véronique THOMAS-
OLLIVIER

Durée de l'épreuve : 1 heure
Documents autorisés : aucun

UEF 5510C : Pratique des APS et Entraînement
EC 55103 : Entraînement et potentiel psychologique

Quels sont les différents facteurs psychologiques de la performance ?

Université de Nantes
UFR STAPS

Année universitaire 2014/2015

1^{ère} session, 1er semestre

Année d'études : *L3 ES*
Enseignant responsable : *Yunsan MEAS*

Durée de l'épreuve : *1h30*
Documents autorisés : *aucun*

L3 entraînement Sportif STAPS
Suivi Médical et Biologique activités physiques et sports

Sujet :

Vous êtes entraîneur d'un groupe mixte de 20 jeunes (15 à 17 ans) pour une association sportive, dans une salle de Multisport en soirée dans la semaine dans une ville de moyenne importance. Dans le cadre de la Réforme sur le Rythme Scolaire vous êtes aussi amené à croiser certains d'entre eux dans un autre contexte périscolaire.

Vous avez planifié des exercices alternant renforcement et exercices « explosifs » pour optimiser la vitesse et du squat.

Tout se déroule comme prévu, vous avez une séquence de 2 heures à gérer mais au bout de trente minutes, un incident arrive sur un des ateliers, une jeune fille du groupe mixte, vient vous voir en boitant et vous montre sa douleur sur la face antérieure au niveau jonction supérieur et moyen de sa cuisse gauche. Elle vous dit qu'elle a mal et évite des appuis du mieux qu'elle peut sur ce membre inférieur gauche.

1) Décrivez votre plan d'intervention et d'accompagnement, (vous n'êtes pas médecin, vous êtes juste l'entraîneur de ce groupe), citez et décrivez brièvement les étapes opératives de vos actions pour gérer cet incident et discutez d'une possibilité ou non d'évacuation. (6 points)

2) Vous évoquez une lésion musculaire, décrivez les différents stades possibles des lésions musculaires et décrivez à cette jeune sportive les différentes évolutions possibles et les délais de reprises aux quels il faudra qu'elle s'y prépare ? (3 points)

3) Son médecin traitant confirme une lésion musculaire stade 2 + et le blessé revient 3 semaines après l'accident. Elle est contente de votre programme de reprogrammation et de réathlétisation, elle vous apprend au décours de ces séquences d'entraînements qu'elle a pris plus de 14 cm au moment de l'incident et elle commence à avoir mal aux genoux et talon aussi ; qu'évoquez vous et ferez vous en plus ? (2 points)

4) Elle vous parle du dopage, vous demande des informations et avis car elle a trouvé plein de « produits » et « conseils » sur internet que pouvez vous lui répondre ? (7 points)

5) Quels sont les divers comptes rendus que vous avez réalisé pour tracer ces faits ? (2 points)

Université de Nantes
UFR STAPS

Année universitaire 2014/2015

1^{ère} session, 1er semestre

Année d'études : *L3 ES – Dispensé d'assiduité*
Enseignant responsable : *Marc Jubeau*

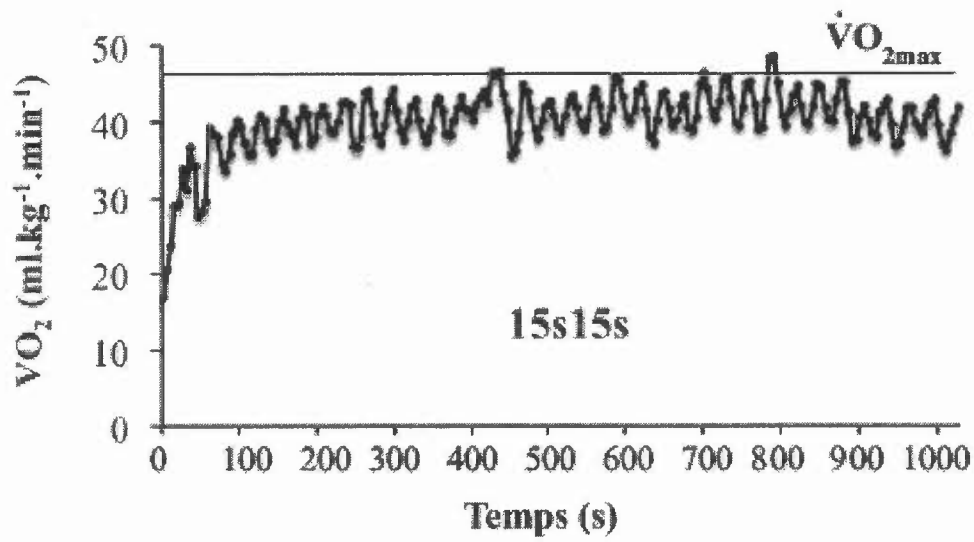
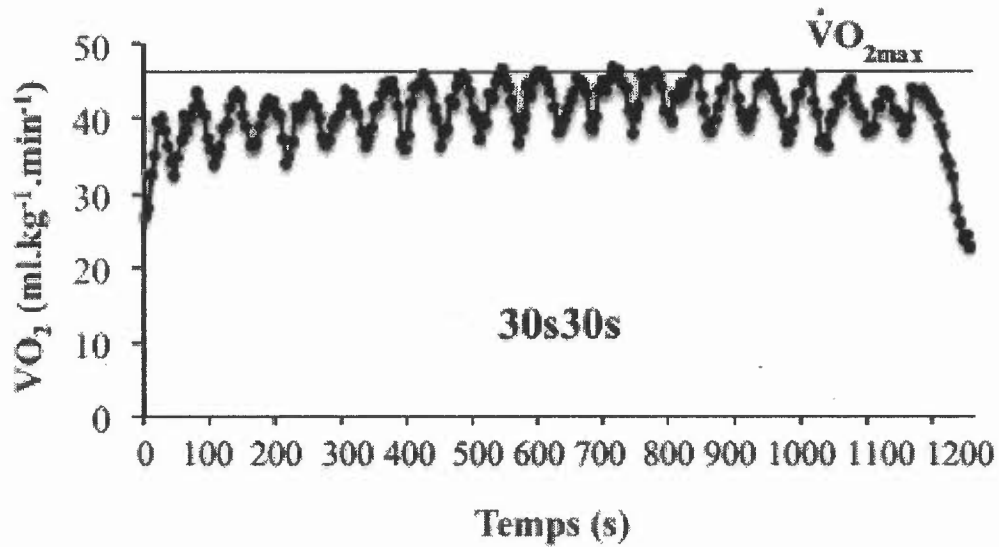
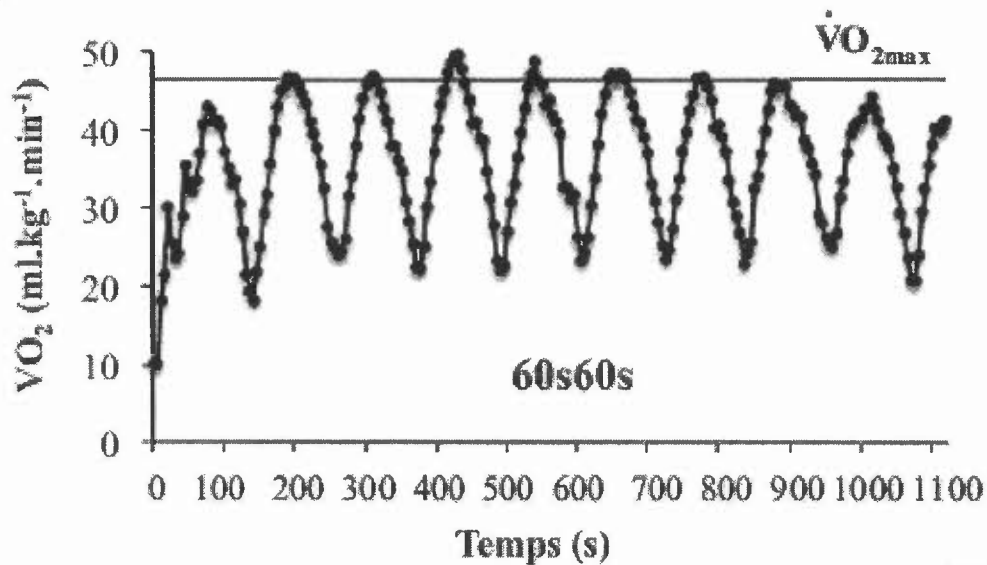
Durée de l'épreuve : *1 h 30*
Documents autorisés : *aucun ou précisez*

UEF T5510C Pratique des APS et entraînement
EC T55102 Entraînement et potentiel énergétique et musculaire

Sujet :

Vous répondrez à l'ensemble des questions :

- 1 – Définissez les principes d'entraînement et donnez des illustrations de chaque principe. (6 pts)
- 2 – Expliquez les avantages et inconvénients des tests intermittents incrémentaux pour la mesure de VMA ? Vous en citerez un et vous expliquerez son fonctionnement. (4 pts)
- 3 – Analysez et discutez la figure ci-dessous (4 pts).
- 4 – Après avoir défini la VO₂ max, présentez une séance permettant d'améliorer ce processus? Justifiez vos choix. (6 pts)

A**B****C**

Université de Nantes
UFR STAPS

Année universitaire 2014/2015

1^{ère} session, 1er semestre

Année d'études : *L3 ES* **Dispensés d'assiduités**
Enseignant responsable : *Pascal KERNEIS*

Durée de l'épreuve : *2h*
Documents autorisés : *aucun*

UE T5510C Pratique des APS et entraînement
EC T5510CG APS de spécialisation football

Sujet :

1. « L'incertitude est l'ennemi de la performance » (G.SERO Conf. Rennes le 03/12/2014).
Comment l'entraîneur peut-il prendre en compte cette affirmation dans la préparation d'une équipe? 8 pts.
2. Proposez une stratégie et les procédés à mettre en œuvre pour améliorer les qualités physiques du joueur de football. Justifiez votre réponse. 12 pts

Université de Nantes
UFR STAPS

Année universitaire 2014-2015

1^{ère} session, 1^{er} semestre

Année d'études : L3 ES – Dispensés d'assiduité
Enseignant responsable : Sarah ROSENFELD

Durée de l'épreuve : 1h30
Documents autorisés : aucun

UE T554CES Outils et méthodes
EC T554ES3 Anglais

Sujet :

WRITE A COVER LETTER

Read the job announcement for a position at the YMCA (a national network of public sports and recreational centres).

Write a 1-page cover letter (about 200 words) to apply for the job as PERSONAL TRAINER at the YMCA in Harlem, a neighbourhood in New York City.

You may consult the document "Writing a cover letter (model)" below.

Make sure you re-read your letter carefully to check spelling, grammar and 'franglais'.

Evaluation criteria:

- Content / ideas
- Format / standard polite expressions
- Rich vocabulary
- Spelling and grammar

Writing a cover letter (model)

Your address
Country
Your tel number (+ 33)
Email address

Month Day, Year

Name of contact person
Job title
Company name
Company address
Country

Dear Mr./Mrs./Ms. Family name ,

FIRST PARAGRAPH Unsurprisingly, this is your brief introduction. Start off with who you are, when you expect to graduate, details of your degree, university and result/expected result. State the title of the position you are applying for and, if you are replying to a job ad, tell them where you saw the ad.

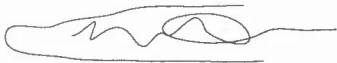
SECOND PARAGRAPH Explain a bit about why you are applying to their organization/company, and for that particular position. Attempt to show that you know a bit about your prospective employer and about the industry in general. What work does the company do? What are its strengths? Be as specific as you can – why *this* job and *this* particular employer?

THIRD PARAGRAPH Talk about your own strengths, and why you would be the ideal candidate for the job offer. Make a link between the organization/company and you: where do their objectives coincide with yours? Talk about any relevant experience and particular skills you have. Back up your statements with hard evidence/examples, and refer to sections of your CV.

FOURTH PARAGRAPH Add any other relevant points or little extras you might want to mention. Maybe you have taken a year off to travel and need to explain this. Highlight any interests and/or roles of responsibility that are particularly relevant to the job on offer. Also mention any first aid certification, diplomas, sports club membership or volunteer work.

FINAL PARAGRAPH Tell them you are available for an interview at their convenience and that you look forward to hearing from them soon. Remember to be brief: try to keep the entire cover letter to one side of A4.

Sincerely, / Your Sincerely, / Yours Truly,



Your first name, Family name

(* Adapted from a covering letter template in the The Guide *Warwick* 2002, page 29.)

PERSONAL TRAINER

The Harlem YMCA is seeking qualified Personal Trainers. The Personal Trainer will conduct safe, dynamic, fulfilling and effective personal training for members seeking to enhance their conditioning and performance. The incumbent must be available to work shifts as a floor trainer to conduct Personal Y Fitness appointments and monitor the floor.

Responsibilities:

Conduct safe, effective and fulfilling personal training sessions for members based on their goals and capabilities, and other relevant information.

Meet/exceed personal client caseload goals.

Maintain current certifications and knowledge of anatomy, physiology, kinesiology and biomechanics and their relationship to the development of strength, cardiovascular and flexibility programs.

Provide a high degree of service through a professional relationship with members in regards to their needs, concerns, and questions about the YMCA, its programs and its mission.

Meet with client for initial interview and administer required paperwork prior to commencement of fitness assessment.

Notify supervisor of any equipment out of service or in need of repair.

Adhere to the YMCA of Greater New York's Healthy Lifestyles Standards and Guidelines, Personal Training and Fitness Assessment Best Practices.

Maintain familiarity with current fitness trends, protocol, methods and programming.

Demonstrate ability to relate to and work with people of diverse backgrounds.

Have a thorough knowledge of branch emergency procedures and take appropriate action for emergency situations.

Attend training opportunities necessary for the position.

Qualifications:

High School diploma or equivalent.

Current Y-USA/NCCA accredited Personal Training certification.

Current CPR/AED/First Aid certifications.

Exceptional customer service skills.

We offer an exciting and innovative work environment with an organizational culture committed to serving all members of our community. If you would like to be a member of our dynamic team, please forward your cover letter and resume with subject line "Personal Trainer" via e-mail to wkanas@ymcanyc.org or to:

Harlem YMCA

Attn.: Bill Kanas

180 West 135th Street

New York, NY 10030

Université de Nantes
UFR STAPS

Année universitaire 2014/2015

1^{ère} session, 1^{er} semestre

Année d'études : *Licence 3^{ème} année*
Enseignant responsable : *Testevuide Serge*

Durée de l'épreuve : *1H30*
Document autorisé : *aucun*

UEC T554CES : Outils et méthodes
EC T554ES7: méthodologie de rédaction de rapport et de notes de synthèse

Question

Réalisez une synthèse en 2 pages maximum du document ci –joint en respectant le contenu y figurant. Cette synthèse se présente sous la forme d'un texte rédigé, comportant une introduction, un développement constitué de plusieurs parties et d'une conclusion.

Fondements sociaux de l'engagement sportif chez les jeunes athlètes de haut niveau

Lucie Forté⁽¹⁾

RÉSUMÉ

Cet article s'intéresse à l'influence des modes d'articulation des différents contextes de socialisation de jeunes athlètes de haut niveau sur la poursuite ou l'abandon de leur carrière sportive.

Considérant que la diversité des sphères de socialisation est source d'éclatements plus ou moins acceptables, nous montrons que l'engagement durable dans une pratique d'athlète de haut niveau sous tend certaines formes d'articulation et de hiérarchisation de ces différents milieux.

A partir d'entretiens biographiques menés auprès de 18 athlètes ou ex athlètes de haut niveau ainsi que d'une observation ethnographique d'un an de deux groupes d'entraînement, nous analysons les rapports existants entre la sphère sportive et les autres domaines sociaux que sont la famille, l'école, les amis et le ou la partenaire amoureux(e).

Mots-clés : athlétisme, haut niveau, abandon, milieux de socialisation.

Social explanations of young high level athlete's sportive practices and retirements

ABSTRACT

This article deals with young high level athletes who retire or keep on practicing their sport. We describe the way they articulate their different spheres of socialisation.

⁽¹⁾ UFR STAPS de Toulouse III – lucie.forte@free.fr – UFR STAPS, Université P. Sabatier – 118 route de Narbonne – 31062 Toulouse Cedex 4 – Tél : 05 61 55 82 82 – Fax : 05 61 55 82 17.

Considering that the social circle's diversity gives rise to splits less or more reasonable, we show that a long involving in a high level athletic practice requires certain forms of articulations and hierarchy of those different circles.

By using biographic interviews of 18 high level athletes or ex athletes, and a year-long ethnography of two training groups, we analyse the relations witch exist between the sportive sphere and the others social circles witch are the family, the school, the friends and the boyfriend or girlfriend.

Key words: track and field, high level, retirement, social spheres.

L'abandon de la pratique de l'athlétisme chez les adolescents concerne l'ensemble des licenciés de la fédération française d'athlétisme, sportifs de haut niveau compris. Si de nombreuses recherches traitent des fondements psychologiques du désinvestissement sportif (voir Guillet et coll. 2000), les travaux sociologiques de langue française (voir notamment Augustini et coll. 97) sont plus confidentiels et concernent rarement l'élite sportive⁽²⁾. Ce travail, qui s'inscrit dans le cadre d'une sociologie dispositionnaliste (Bourdieu, 1994, Lahire 1995), porte sur les conditions sociales de la poursuite ou de l'abandon de la pratique de l'athlétisme de haut niveau chez les jeunes.

L'intérêt d'un éclairage sociologique tient au fait qu'il permet de contextualiser la question de l'investissement des athlètes de haut niveau en repositionnant les sujets d'étude dans un réseau de relations sociales sportives et extra sportives. Le plus singulier des traits de la personnalité ou du comportement d'une personne ne peut se comprendre que si l'on reconstitue le « tissu d'imbrications sociales avec les autres » (N. Elias, 1991). Et c'est uniquement lorsque l'on n'oublie pas que les conditions d'existence d'un individu sont d'abord et avant tout des conditions de coexistence que l'on peut éviter toutes les réifications de ces conditions d'existence sous forme de propriétés, de capitaux, de ressources abstraites.

Notre enquête a révélé l'existence de cinq sphères de socialisation chez les jeunes athlètes de haut niveau : la famille, l'école, les amis, le (ou la) partenaire amoureux(se) et l'athlétisme. Ces milieux participent à la construction de *l'habitus individuel* (Bourdieu, 1994), c'est à dire d'un système de dispositions (préférences, goûts, manières d'être et de penser) qui oriente les pratiques. La socialisation familiale enfantine constitue le temps fort de ce processus. L'*habitus* peut néanmoins se redéfinir

⁽²⁾ La littérature anglo saxonne est quant à elle bien plus développée. Voir notamment le numéro spécial « Physical education and sporting excellence » de la revue *European Physical Education Review*, Vol. 6, n°2 June 2000.

ultérieurement en fonction des expériences vécues dans les différentes sphères sociales traversées. La diversité des modes de socialisation conduit ainsi à la construction d'un système de dispositions plus ou moins hétérogène : un acteur placé simultanément ou successivement dans une pluralité de mondes sociaux différents construit et adopte des dispositions qui seront elles mêmes diversifiées, voire contradictoires (Lahire 1998). Cette pluralité ne signifie pas pour autant que toutes les dispositions se valent : elles seront d'autant plus fortes et durables que l'individu les a acquises et entretenues dès son plus jeune âge, a passé du temps à les construire et entretient avec elles un rapport heureux. De même, tous les contextes sociaux ne sont pas équivalents. Berger et Luckman (87) distinguent les périodes de *socialisation primaire* (précoce, essentiellement familiale) et *secondaire*. Dans la plupart des cas il existe une cohérence relative entre ces deux modes de socialisation ainsi qu'entre les différentes sphères de socialisation secondaires. Lorsque ce n'est pas le cas, les contradictions inhérentes aux divergences entre les milieux de socialisation peuvent être source de tensions plus ou moins acceptables : si les différentes sphères de socialisation s'avèrent trop contradictoires, l'individu pourra réduire leur antagonisme en délaissant ou transformant certaines pratiques (Lahire 1998). La divergence entre les milieux de socialisation investis peut donc apparaître comme un élément explicatif des phénomènes d'abandon.

La question centrale posée par notre travail concerne les conditions sociales favorables à la poursuite d'une carrière d'athlète de haut niveau. Afin de les identifier, nous avons comparé les modes de cloisonnement / superposition ainsi que les hiérarchies opérées entre les différents milieux de vie des sportifs qui poursuivent ou abandonnent leur carrière. Nous avons en suite questionné les relations pouvant exister entre les formes d'articulation et la cohérence des dispositions mobilisées par l'individu. L'investissement durable dans la pratique athlétique de haut niveau est apparu comme relevant d'une socialisation sportive précoce, essentiellement familiale, impliquant des formes particulières d'articulation des différentes scènes sociales. Plus les milieux sont cloisonnés, plus il y a de chances que les dispositions mobilisées dans chaque milieu soient hétérogènes, reste à savoir si cela est systématiquement source de tensions pour l'individu et, lorsque c'est le cas, comment les gère-t-il.

L'enquête s'appuie sur une observation ethnographique bihebdomadaire de 2 groupes d'entraînement d'athlètes de haut niveau de l'INSEP ⁽³⁾

⁽³⁾ Institut National des sports.

au cours de la saison 2003/2004 ainsi que sur 18 entretiens biographiques abordant les cinq milieux de socialisation repérés. Huit des jeunes interrogés ont cessé de pratiquer l'athlétisme dans les 18 mois précédant l'entretien (alors qu'ils étaient inscrits sur les listes ministérielles de sportif de haut niveau) et dix pratiquent à haut niveau. Tous vivent en province ou région parisienne, sont lycéen ou étudiants et ont entre 16 et 21 ans.

Cette option méthodologique « qualitative » est directement liée à la manière dont nous avons construit notre objet de recherche. Il ne s'agit pas en effet de dresser une typologie des différentes formes d'articulations et hiérarchies des milieux de vie des athlètes de haut niveau mais de cerner les relations entre forme d'articulation et investissement sportif ainsi que de comprendre comment les individus se comportent dans des milieux de vie qui engagent la mobilisation de dispositions plus ou moins homogènes, parfois génératrices de tensions et déséquilibres.

Ici, la présence d'une forme d'articulation entre deux milieux de vie n'a de sens que si l'on peut la caractériser en terme d'homogénéité ou d'hétérogénéité de dispositions mobilisées ainsi que de gestion individuelle de cette homogénéité / hétérogénéité. Ainsi avons-nous écarté des méthodes plus quantitatives, certes pertinentes dans leur capacité à dresser une typologie des différentes formes d'articulations et hiérarchie sur un échantillon sans doute plus contrôlable en terme de représentativité de la population étudiée mais limitées en ce qui concerne la mise en évidence des processus que nous souhaitons étudier. Il est des éléments que les statistiques ne peuvent pas appréhender. Nous verrons par exemple qu'un même type d'articulation des sphères amicales et sportives (cloisonnement et mobilisation de dispositions antinomiques) peut avoir des effets inverses en terme d'investissement en fonction des processus sous jacents à cette forme d'articulation (l'individu qui cloisonne et mobilise des dispositions antinomiques en permanence vit des tensions qui peuvent conduire à un désinvestissement tandis que celui qui cloisonne et mobilise des dispositions antinomiques à des moments bien particuliers de sa saison peut, par là même, entretenir sa motivation et son envie de s'investir dans sa pratique sportive de haut niveau). Dans la lignée de la perspective adoptée par Lahire (95) il faut saisir ce travail comme un niveau d'analyse du problème posé ; niveau d'analyse qui ne vise pas à rendre compte de l'ensemble des modalités d'articulations et de hiérarchies d'une large population d'athlètes de haut niveau et ex athlètes de haut niveau mais qui s'intéresse à la saisie de configurations sociales particulières en tant que matériau d'étude de processus sociaux sous jacents.

Les entretiens, d'une durée moyenne d'1h45, ont été intégralement retranscrits afin de pouvoir procéder à une analyse thématique ainsi qu'à une analyse du discours. L'analyse thématique organisée autour des différentes formes d'articulation et de hiérarchisation des sphères de socialisation nous a permis de dégager des points communs et des différences entre les deux groupes d'athlètes, de repérer les éventuelles tensions rencontrées et d'analyser les manières dont les individus gèrent les antagonismes entre deux sphères de socialisation. L'analyse du discours ainsi que les données consignées sur notre carnet d'observation ethnographique ont permis d'enrichir notre interprétation et de recourir à une certaine forme de « prudence » méthodologique (O. Schwartz, 1993). En effet, il n'est pas d'enquête sociologique qualitative qui puisse se dérouler sous des conditions méthodologiques pures, mais l'absence de visées quantitatives ne libère pas pour autant de l'obligation de vérification et de contrôle.

La diversification des contextes, la combinaison des données, la multiplication des occasions de comparaison permise par le principe de variation des situations dans le temps limite les risques d'arbitraire et invite à différer l'induction. Ainsi nos analyses finales sont elles le produit de rectifications successives de nos hypothèses jusqu'à leur saturation, c'est-à-dire jusqu'à ce que leur degré de pertinence soit tel que les diverses données empiriques recueillies apportent une confirmation régulière de leur fiabilité.

Le sport : un élément plus ou moins central dans le style de vie des familles

Toutes les familles rencontrées sont attentives aux résultats sportifs des athlètes. Ils procurent des bénéfices symboliques qui constituent un capital collectivement construit, entretenu et partagé par l'athlète et sa famille. Afin de faciliter la remise en question des hiérarchies enquêteurs/enquêtés et de réaliser quelques observations ethnographiques, nous avons souvent réalisé nos entretiens au domicile des athlètes et ex athlètes. Nous avons noté que les récompenses sportives majeures étaient quasiment toujours exposées dans les salons familiaux.

« Mes coupes et mes médailles sont exposées sur le buffet de la salle à manger. C'est la fierté de mes parents, ça nous fait plaisir ».

Les athlètes évoquent régulièrement ce capital symbolique comme une source importante de satisfaction qui les conforte dans leur investissement sportif au point de constituer une pression s'opposant éventuellement au désir de cesser de pratiquer : l'athlète refuse de perdre le bénéfice de ce capital symbolique et de porter la responsabilité d'en déposséder les membres de sa famille. Beaucoup ont évoqué la crainte de « décevoir » un père, une mère, un frère ou une sœur :

« J'avais envie d'arrêter l'athlé mais j'ai longtemps continué pour faire plaisir à mon frère et à ma mère. Je me suis forcée pour ne pas décevoir. (...) Mon frère m'a reproché d'avoir arrêté parce qu'il était fier de sa sœur, fier de dire ce que je faisais à ses copains. Pour lui j'ai gâché quelque chose, il dit souvent que je n'aurais pas du arrêter... ».

Le niveau d'implication des familles dans le milieu de l'athlétisme constitue cependant un critère très différenciateur des deux groupes : l'investissement des membres de la famille en tant que spectateurs et/ou participants aux activités et besoins du club caractérise uniquement le groupe des athlètes qui poursuivent leur pratique. Cette implication familiale est fondamentale comme l'ont déjà montré Collins et Buller (2003) : l'opportunité de réaliser son potentiel sportif et d'accéder aux podiums olympiques est influencée de manière significative par le « background » social de l'individu et notamment la classe sociale et le rapport au sport de ses parents. Les parents impliqués ont généralement une profession et un passé de pratiquant qui les relie au milieu de l'athlétisme mais il ne faut pas non plus négliger le rôle des clubs et entraîneurs dont la dynamique passe plus ou moins par le souci de mettre en place des conditions favorables aux rencontres parentales. Comme le montre David Kirk (2003), l'établissement de relations amicales entre les parents des jeunes athlètes les amènent à construire progressivement l'envie de s'investir, passant successivement du rôle de parent à celui de spectateur puis de membre actif de la vie du club. L'implication parentale dépend en outre de facteurs liés à l'organisation de la vie de famille (horaires de travail, autres enfants à charge, familles mono ou bi-parentales) et des exigences de la pratique de l'enfant (l'autonomie de l'athlète pour se rendre sur ses lieux d'entraînement et de compétition varie notamment en fonction de facteurs économiques – enfant motorisé ou non, géographiques – mise à disposition d'un réseau de transports en commun ou non, ainsi qu'en fonction du type de spécialité – la pratique du saut à la perche sous tend par exemple des contraintes de déplacement de matériel relativement conséquentes).

L'implication familiale, souvent synonyme d'une socialisation athlétique précoce, *primaire* et par là même garante de la construction de dispositions sportives fortes et durables a d'autant plus d'influence sur les dispositions sportives des athlètes qu'elle est l'objet de bénéfices sociaux qui s'expriment dans des échanges, relations et partages d'émotions. L'athlétisme devient par exemple le support d'une relation privilégiée avec un membre de sa famille, le principal sujet de conversation avec ses parents.

« Avec mon père nous n'avons pas trente six sujets de conversation : la mécanique automobile ou l'athlétisme. On parle pas mal d'athlé. Il va souvent sur Internet voir les résultats de mes concurrents et on en discute. On est vraiment complices, d'ailleurs parfois ma mère est un peu exclue de ces conversations ».

Nous rejoignons ici les conclusions de Bruno Papin (2002) qui montre que l'investissement considérable des parents des gymnastes de haut niveau constitue un support matériel et affectif socialisant qui participe à la construction d'une « *vocation* » sportive.

Rapport aux études, orientation professionnelle et investissement sportif : des relations plus ou moins fortes

La grande majorité des athlètes interrogés bénéficie ou a bénéficié de conditions scolaires particulières : aménagement d'emploi du temps, de cursus, orientation dans des filières qui minimisent les heures de cours et de travail personnel. Tantôt recherchées, tantôt subies, ces conditions permettent de libérer du temps afin de mieux se consacrer aux entraînements, compétitions et périodes de récupération.

Par ailleurs, le rapport aux études ne différencie pas les deux groupes : beaucoup ont associé l'expression « réussir sa vie » à une réussite professionnelle et, dans leur discours, tous accordent une place majeure à leur investissement scolaire. La priorité accordée à l'école s'inscrit dans une perspective professionnelle alors que l'athlétisme n'est pas envisagé comme un vecteur de métier potentiel. Le plus souvent les athlètes justifient ce point de vue en évoquant la crainte de la blessure qui viendrait interrompre prématurément leur carrière. Ils considèrent en outre que leurs chances de pouvoir vivre un jour de l'athlétisme sont minimales étant donné le faible nombre d'athlètes qui gagnent leur vie grâce à leurs résultats sportifs.

Les deux groupes se différencient en revanche en ce qui concerne la construction de leur projet professionnel : la poursuite d'un projet professionnel perçu comme totalement cloisonné voire incompatible avec la pratique du sport de haut niveau présente une corrélation importante avec le fait de cesser de pratiquer l'athlétisme.

« Je me suis toujours dit que je passerai le concours d'infirmière ou d'aide soignante, comme mes sœurs. D'abord, j'ai commencé à réduire les entraînements avec les révisions du concours et là j'ai réalisé que je n'aurais bientôt plus le temps de faire du sport : entre les gardes et le travail personnel, ça n'est vraiment pas compatible ».

Notons que la famille semble exercer des effets à la fois directs et indirects sur l'investissement sportif : les perspectives évoquées par les athlètes de haut niveau sont apparues comme étant souvent liées aux professions et loisirs familiaux.

Relations amicales et milieu sportif : de l'interpénétration à une relative autonomie

Nous avons pu identifier trois types d'articulations entre les milieux amical et sportif. Elles dépendent de l'importance accordée à chacun de ces milieux et de la manière de les hiérarchiser.

Le premier type d'articulation concerne uniquement le groupe des athlètes investis dans leur pratique de haut niveau. Il consiste à n'avoir que très peu d'amis dans le milieu sportif comme extra sportif. Réduire le temps consacré à la sphère amicale peut permettre de se rendre plus disponible dans son investissement athlétique⁽⁴⁾.

Ces formes d'articulation peuvent témoigner d'une logique de sacrifice afin de mieux s'investir dans sa vie d'athlète ou, à l'inverse, d'une forme de construction personnelle qui peut se passer de relations amicales. L'analyse de nos données ne nous permet pas ici de pouvoir affiner les processus qui ont conduit à cette forme d'articulation.

Une seconde forme d'articulation consiste à attacher une importance au milieu des amis, sans que ce dernier se superpose avec celui de l'athlétisme. Il caractérise majoritairement les athlètes qui se sont désinvestis de leur pratique.

⁽⁴⁾ Ce processus fut notamment mis en évidence par Mennesson (94) au niveau des sports collectifs féminins.

Souvent source de tensions, il peut conduire à la construction et la mobilisation de dispositions antinomiques avec la pratique de l'athlétisme de haut niveau. Un ancien coureur explique par exemple que ses fréquentations amicales extra sportives l'ont conduit à fumer ses premières cigarettes et à découvrir les « joies » des sorties en discothèque. L'analyse de son entretien révèle des tensions analogues à celles mises en évidence par Stéphane Beaud (2002) qui relève, pour les jeunes des milieux populaires, l'antagonisme existant entre les dispositions hédonistes mobilisées dans la sphère amicale du quartier et les dispositions ascétiques requises par les études universitaires :

« C'est dur de ne pas se laisser influencer parce que quand j'ai quitté le CREPS, je suis arrivé dans un lycée où on était mélangés, il n'y avait pas que des sportifs. Et là, sans s'en rendre compte, petit à petit, on se détache du groupe d'entraînement on fréquente d'autres bandes d'amis, on les suit en boîte, on se met à fumer. On ne sait plus trop comment se positionner par rapport aux copains du groupe d'entraînement ».

A l'inverse, chez certains athlètes investis on observe un rejet des milieux qui engagent la construction et la mobilisation de dispositions considérées comme nuisibles à leur pratique :

« Quand on fait du 400, on n'a pas la même vie sociale que les filles de son âge. Le soir ou les week-end je ne vois personne, je n'appelle personne. Je me repose pour éviter la fatigue. L'hygiène de vie, c'est important. (...) Lundi dernier j'ai exceptionnellement accompagné des gens du lycée à boire un café entre quelques heures de cours... Deux heures à respirer les dizaines de cigarettes qu'ils ont fumées ! Je ne suis pas prête de recommencer ! ».

Cependant, une articulation cloisonnée des milieux amical et sportif n'est pas systématiquement néfaste à la pratique de l'athlétisme. Elle peut permettre de diminuer le stress lié aux ambitions sportives et de prévenir des sentiments de saturations sources de démotivation.

« Quand je le peux, j'essaye d'oublier un peu l'athlétisme. Avec mes amis le week-end on va au cinéma, on fait du sport, ça me permet de ne pas tout le temps penser aux compétitions et par là même de moins stresser. (...) L'été je fais un mois de surf. C'est primordial, j'ai besoin de cette coupure : de tout oublier pour retrouver l'en- vie à la rentrée ».

Les formes d'articulations cloisonnées qui ont des effets bénéfiques en terme d'investissement sportif peuvent entraîner la mobilisation d'un système de dispositions relativement homogène et cohérent par rap-

port aux exigences de la pratique de l'athlétisme de haut niveau. Elles peuvent, à l'inverse, sous tendre la mobilisation d'un système de dispositions hétérogènes et antagonistes mais organisées de telle manière qu'elles ne puissent entacher les performances à l'occasion des compétitions majeures. On retrouve alors l'idée de « mise en sommeil » de certaines dispositions évoquée par B. Lahire (98). Nos observations ethnographiques furent l'occasion de constater que tous les athlètes de haut niveau ne sont pas des ascètes qui ne font jamais la fête sur le modèle de certains autres jeunes de leur âge (bars, discothèques, alcool, cigarette, cannabis...). Cependant, quand elles ont lieu, ces pratiques festives sont plutôt circonscrites à des périodes particulières de la saison sportive (blessure, inter-saison) et sont plus souvent le fait des sauteurs / lanceurs que des coureurs.

Le troisième type d'articulation ⁽⁵⁾ caractérise les athlètes qui attachent une forte importance à leurs amis et pour lesquels il existe une parfaite superposition entre les milieux athlétique et amical. Cette forme d'articulation s'observe essentiellement chez athlètes poursuivant leur investissement. Favorable à la pratique de l'athlétisme de haut niveau, cette superposition s'est avérée plus aisément réalisable pour les garçons que pour les filles. Plusieurs d'entre elles ont en effet évoqué l'existence de phénomènes d'exclusion liés à des rivalités sportive, géographique, ethnique et amoureuse au sein de l'équipe de France féminine. Parfois, ces tensions deviennent trop pesantes :

« J'ai arrêté l'athlétisme parce qu'il n'était pas possible de se faire des amis : trop de clivages et de jalousies entre les filles. Certaines assument de n'aller en stage ou en sélection que pour le sport et de faire fi du reste. Moi pas ».

« Une des raisons de mon arrêt tient au fait que je n'aimais pas l'ambiance qu'il y avait en équipe de France. Peut-on d'ailleurs parler d'équipe de France alors que certains sont loin de se sentir 100% français. Déjà lorsque tu arrives en stage ou en sélection, tu constates qu'il y a des tables de blacks et des tables de blancs. Alors moi, la petite métisse tu imagines bien que je ne savais pas trop comment me situer ».

Les processus repérés par Simons (2003) peuvent constituer un élément de compréhension de ces tensions : en raison de leur longue histoire d'exclusion sociale et économique par rapport à la société blanche,

⁽⁵⁾ Cette troisième forme d'articulation n'est pas exclusive : elle peut se cumuler avec la seconde forme d'articulation précédemment développée.

les basketteurs et footballeurs noirs américains ont développé tout un attirail de distinctions linguistiques et comportementales qui les éloignent de la société de la « middle class » blanche. Comme le suggère l'auteur ce processus doit donc être envisagé dans une perspective historique. Les travaux de H. Memphon ou de J. Dumont portant sur une histoire de l'athlétisme guadeloupéen peuvent ainsi éclairer notre objet de recherche : pour des raisons à la fois géographiques, infrastructurelles et idéologique, l'athlétisme guadeloupéen a souffert d'une exclusion étatique, fédérale et médiatique de sa naissance (fin XIXème) jusqu'aux années soixante. Il ne faut pas oublier que les athlètes guadeloupéens ou d'origine guadeloupéenne ⁽⁶⁾ d'aujourd'hui sont bien souvent les petits enfants de ces pratiquants et dirigeants que la métropole n'a pas su reconnaître. Pensons par exemple à Augustin Aron, grand père de Christine Aron.

Des relations amoureuses plus ou moins intégrées au milieu sportif

Tous les athlètes sont convaincus de la difficulté de conjuguer pratique de l'athlétisme de haut niveau et relation amoureuse avec un partenaire extérieur au milieu de l'athlétisme. Les raisons évoquées sont celles d'une concurrence temporelle entre les deux contextes.

La quasi totalité des athlètes qui se sont désinvestis fréquentait, au moment de l'arrêt, un partenaire amoureux extra athlétique. Ici encore, l'articulation cloisonnée des deux milieux génère souvent des tensions. Elles sont apparues plus importantes chez les filles que chez les garçons qui les assument voire les dépassent plus fréquemment ⁽⁷⁾. A ce titre, nous avons pu observer d'une part que les attentes et exigences des partenaires non sportifs variaient en fonction de leur sexe, et d'autre part que les filles athlètes de haut niveau s'autocensuraient plus fréquemment que leur homologues masculins dans leur investissement sportif.

La majorité des athlètes pratiquants n'a cependant pas de partenaire, ou alors, il s'agit de partenaires occasionnels, eux-mêmes sportifs de haut niveau. Lorsque les opportunités locales de rencontrer un athlète

⁽⁶⁾ L'arrivée massive d'antillais en métropole est un phénomène relativement récent, notamment lié à la création du BUMI DOM (Bureau de migration dans les DOM) en 1963. En 1954 seulement 2.8 % d'antillais vivent en métropole, 25 % en 1982, 50 % aujourd'hui.

⁽⁷⁾ Plusieurs des garçons que nous avons interrogés ou observés sont inscrits dans des relations amoureuses stables et durables avec une partenaire extérieure au milieu de l'athlétisme.

de haut niveau sont faibles, ces superpositions plus ou moins conscientes, volontaires et stratégiques impliquent le développement de relations courtes (le temps d'un stage ou d'une compétition) ou à distance ; le maintien et l'entretien de la relation est alors le fait de nombreux échanges qui prennent des formes variées : épistolaires, téléphoniques, courriers électroniques, *chats* sur Internet, envoi de SMS.

« Mon petit copain, comme moi il est en équipe de France. Il habite à 800 kilomètres d'ici et donc je le vois en stage et dans certaines compétitions ! Depuis deux ans je ne sors qu'avec des garçons à distance. Je les choisis athlètes d'un bon niveau pour qu'ils puissent comprendre quand je ne peux pas les voir ou quand je m'entraîne. Ça m'évite de m'éparpiller. »

Bilan et perspectives

Cette étude comparative des effets des différents modes d'articulation des milieux de vie sur l'investissement sportif des jeunes athlètes de haut niveau a révélé la place centrale de la sphère familiale. Lorsqu'elle constitue un lieu de socialisation sportive précoce ainsi qu'une sphère de développement de bénéfices symboliques et relationnels, elle favorise la construction de dispositions sportives particulièrement « fortes » et durables. La famille influence également l'orientation du projet professionnel de l'athlète, élément central de différenciation entre les deux groupes d'enquêtés puisque la divergence entre les projets professionnel et sportif constitue une source importante d'abandon. Les articulations entre sport, amis et partenaire amoureux sont diverses et moins différenciatrices que celles que nous venons d'évoquer : l'intégration des relations amicales et amoureuses au milieu sportif peut favoriser la poursuite de la carrière sans apparaître pour autant comme une condition indispensable. Comme le montre Kaufmann (2001), les dissonances entre deux milieux de socialisation peuvent s'avérer difficiles à gérer mais constituent néanmoins une ressource dans la construction de soi de par la marge de liberté ou de négociation ainsi induite. C'est ce que nous avons pu constater pour certaines formes d'articulation des milieux amical et sportif et cela constituerait un filtre d'analyse pertinent des nouvelles formes d'investissements sociaux de « l'après athlé », lorsque les athlètes se désengagent définitivement.

Bibliographie

- AUGUSTINI, M., TRABAL, P., LOUVEAU, C. (1997). *L'abandon de la pratique de la boxe française*. Paris : INSEP.
- BEAUD, S. (2002). *80 % au bac... et après ? Les enfants de la démocratisation scolaire*. Paris : La Découverte.
- BERGER, PL., & LUCKMAN, T. (1987). *La construction sociale de la réalité*. Paris : Méridiens Klingsiek.
- BOURDIEU, P. (1994). *Raisons pratiques. - sur la théorie de l'action*. Paris : Seuil.
- COLLINS MF. and BULLER JR. (2003) "Social exclusion from high performance sport". *Journal of Sports and social issues*, Vol. 27 n° 4, p. 420-442.
- DUMONT, J. (2002). *Sport et assimilation à la Guadeloupe, les enjeux du corps performant de la colonie au département*. Paris : L'Harmattan.
- ELIAS, N. (1991). *Mozart, sociologie d'un génie*. Paris : Seuil.
- GUILLET, E., SARRAZIN, P. et CURY, F. (2000). L'abandon sportif : de l'approche descriptive aux modèles interactionnistes. *Science et motricité*, n° 41, pp. 47-60.
- KAUFMANN JC. (2001). *Ego : pour une sociologie de l'individu*. Paris : Nathan.
- KIRK D. (2003) "Social positioning and the construction of a youth sports club". *International Review for the sociology of sport*, 38/1, p. 23-44.
- LAHIRE, B. (1995). *Tableaux de famille*. Paris : Seuil.
- LAHIRE, B. (1998). *L'homme pluriel, les ressorts de l'action*. Paris : Nathan.
- MEMPHON H. (2004). L'invention d'une identité sportive : l'athlétisme guadeloupéen. *Vivre du sport / pour le sport. Sociologies des cultures et des pratiques sportives*. Congrès de la société de sociologie du sport de langue française, Paris X.
- MENNESSON, C. (1994). Les sociabilités féminines : analyse comparée de trois sports collectifs. *Revue STAPS*, n°4, p. 17-31.
- PAPIN, B. (1998). *Sociologie d'une vocation sportive. Conversion et reconversion des gymnastes de haut niveau*. Thèse pour le doctorat de l'université de Nantes.
- SIMONS HD. (2003). Race and penalized sports behaviours. *International Review for the sociology of sport*, n° 38/1, p. 5-22.
- SCHWARTZ, O. (1993). L'empirisme irréductible. In A. Nels, *Le Hobo. Sociologie du sans abri* (p. 265-308). Paris : Nathan.