

**UNIVERSITE Abderrahmane MIRA BEJAIA**

**FACULTE DES SCIENCES HUMAINES ET SOCIALES**

**DEPARTEMENT DE STAPS**

**MEMOIRE DE fin de cycle**

**En vue de l'Obtention du Diplôme de Master en sciences et techniques des activités  
physiques et sportives**

**Option: Activité Physique et Sportive Scolaire**

**Thème**

**Evaluation de la qualité de vitesse chez les élèves  
scolarisés au CEM âgés entre 11 ans et 14 ans**

**Cas d'Etude : Les Elèves du CEM de 800/300 Smaoun, Bejaia**

**Réalisé par :**

**BRIKH Mhenni  
MEKBEL Youarithen**

**Encadré par :**

**FATAH Abdelatif**

**Juin 2016**

# DEDICACES

Nous souhaiterions bien dédier ce modeste travail à nos parents les plus chers, à nos frères et sœurs, à toutes nos familles et nos amis qui nous ont tous soutenu pendant nos parcours d'écoliers et d'étudiants.

# REMERCIEMENT

D'abord nous tenons à remercier Le Dieu qui nous a donné toute capacité physique et morale pour arriver à achever ce modeste travail.

Et nous avons l'immense plaisir de remercier l'ensemble de la communauté du CEM 800/300 de Smaoun, surtout les élèves, pour leur patience et leur compréhension, et aussi les enseignants d'EPS Mr BENMAAMMAR Zahir, ZEGGAGH Kamel, et BRAHMI Fouad qui nous ont été d'une aide précieuse à bien organiser les tests.

Particulièrement, nous aimerions traduire notre reconnaissance à notre directeur de mémoire qui a accepté de nous orienter avec sa méthode, sa rigueur et son arsenal savoir durant toute la période de la réalisation de ce travail.

Enfin, nous ne pouvons pas passer sous le silence, sans remercier toutes les personnes qui ont participé de près ou de loin à la réalisation de ce mémoire.

## SOMMAIRE

<b>Dédicace</b> .....	<b>i</b>
<b>Remerciement</b> .....	<b>ii</b>
<b>Sommaire</b> .....	<b>iii</b>
<b>Liste des Tableaux</b> .....	<b>iv</b>
<b>Liste des Figures</b> .....	<b>v</b>

## INTRODUCTION GENERALE

1- Problématique .....	1
2 – Hypothèse .....	2
3- Définition des concepts.....	2
4- Objectifs de la Recherche .....	3
5- outils et Méthodologie .....	3
6- Organisation du Travail .....	4

## CHAPITRE 1: ANALYSE BIBLIOGRAPHIQUE

I-1- L'Evaluation .....	6
I-1-1- Définition .....	6
I-1-2- Les Types d'Evaluation .....	7
I-1-2-1- L'Evaluation Diagnostique .....	7
I-1-2-2- L'Evaluation Formative .....	8
I-1-2-3- L'Evaluation Sommative .....	11
I-1-2- Les Modalités de l'Evaluation .....	12
I-1-3- Les Formes de l'Evaluation .....	13
I-2- La Vitesse comme une Qualité Physique Importante .....	14
I-2-1- Définition de la Vitesse .....	14
I-2-2- Modalités de la Vitesse .....	14
I-2-3- Eléments Constitutifs de l'Activité .....	15
I-1-3-1- L'échauffement .....	15
I-2-3-2- La technique de course .....	16
I-2-4- Les Facteurs Déterminants la Vitesse .....	17
I-2-4-1- La Vitesse de Réaction .....	17
I-2-4-2- La Faculté d'Accélération .....	18

I-2-4-3- Vitesse d'Action .....	19
I-2-4-4- Endurance-Vitesse .....	19
I-3- La Puberté et l'Adolescence .....	19
I-3-1- La Puberté .....	19
I-3-1-1- Définition .....	19
I-3-1-2- Les Phases de la Puberté .....	20
I-3-1-3- Le déclenchement de la puberté .....	20
I-3-1-4- La Pratique Sportive pendant la Puberté .....	21
I-3-2- L'Adolescence .....	21
I-3-2-1- Définition de l'adolescence .....	21
I-3-2-2- Les Principales Caractéristiques de l'Adolescence .....	22
I-3-2-3- La Pratique sportive et l'Adolescence .....	25

## **CHAPITRE II: OUTILS ET METHODOLOGIE DU TRAVAIL**

II-1- Méthodes .....	29
II-2- Description de la Population et de l'Echantillon .....	29
II-3- Description des Instruments .....	29
II-3-1- Description du Test .....	29
II-3-2- Matériel Utilisé .....	30
II-4- Procédures de la Collecte des Données .....	30
II-5- Procédures d'Analyse des Données .....	31

## **CHAPITRE III: RESULTATS, ANALYSE, DISCUSSION, ET RECOMMANDATIONS**

III-1- Présentation et Analyse des Résultats .....	35
III-1-1- Les Résultats du Premier Test .....	35
III-1-2- Les Résultats du 2 <sup>ème</sup> Test .....	41
III-1-3- Les Résultats Globaux des Deux Tests .....	47
III-2- Comparaison entre les Résultats des Deux Tests sur la Base d'un Traitement Statistique Envisagé .....	51
III-2-1- Comparaison des résultats des filles .....	51
III-2-2- Comparaison des résultats des garçons .....	55
III-3- Discussion .....	60
III-4- Recommandations .....	60
<b>CONCLUSION GENERALE .....</b>	<b>63</b>
<b>REFERENCES .....</b>	<b>64</b>

**ANNEXE.....65**  
**RESUME.....74**

## LISTE DES TABLEAUX

Tableau	Titre	Page
01	Résultats du premier test pour les élèves du 1 <sup>ier</sup> année (garçons, filles)	35
02	Résultats du premier test pour les élèves de 2 <sup>eme</sup> année (garçons, filles)	37
03	Résultats du premier test pour les élèves de 3 <sup>eme</sup> année (garçons, filles)	38
04	Résultats du premier test pour les élèves de 4 <sup>eme</sup> année (garçons, filles)	40
05	Résultats du deuxième test pour les élèves de 1 <sup>ere</sup> année (garçons, filles)	41
06	Résultats du deuxième test pour les élèves de 2 <sup>eme</sup> année (garçons, filles)	43
07	Résultats du deuxième test pour les élèves de 3 <sup>eme</sup> année (garçons, filles)	44
08	Résultats du deuxième test pour les élèves de 4 <sup>eme</sup> année (garçons, filles)	46
09	Résultats du premier test pour tous les niveaux 1 <sup>ier</sup> , 2 <sup>eme</sup> , 3 <sup>eme</sup> et 4 <sup>eme</sup> année	47
10	Résultats du deuxième test pour tous les niveaux 1 <sup>ier</sup> , 2 <sup>eme</sup> , 3 <sup>eme</sup> et 4 <sup>eme</sup> année	49
11	Comparaison des performances de sexe féminin (Niveau 1 <sup>ere</sup> année)	51
12	Comparaison des performances de sexe féminin (Niveau 2 <sup>eme</sup> année)	52
13	La comparaison des performances de sexe féminin (Niveau 3 <sup>eme</sup> année)	53
14	La comparaison des performances de sexe féminin (Niveau 4 <sup>eme</sup> année)	54
15	La comparaison des performances de sexe masculin (Niveau 1 <sup>ere</sup> année)	55
16	La comparaison des performances de sexe masculin (Niveau 2 <sup>eme</sup> année)	56
17	La comparaison des performances de sexe masculin (Niveau 3 <sup>eme</sup> année)	57
18	La comparaison des performances de sexe masculin (Niveau 4 <sup>eme</sup> année)	58

## LISTE DES FIGURES

Figure	Titre	Page
01	Histogramme des résultats du premier test pour les élèves du 1 <sup>ère</sup> année	36
02	Histogramme des résultats du premier test pour les élèves de 2 <sup>ème</sup> année	37
03	Histogramme des résultats du premier test pour les élèves de 3 <sup>ème</sup> année	39
04	Histogramme des résultats du premier test pour les élèves de 4 <sup>ème</sup> année	34
05	Histogramme des résultats du deuxième test pour les élèves de 1 <sup>ier</sup> année	42
06	Histogramme des résultats du deuxième test pour les élèves de 2 <sup>ème</sup> année	43
07	Histogramme des résultats du deuxième test pour les élèves de 3 <sup>ème</sup> année	45
08	Histogramme des résultats du deuxième test pour les élèves de 4 <sup>ème</sup> année	46
09	Histogramme représente les résultats du premier test pour tous les niveaux 1 <sup>ier</sup> , 2 <sup>ème</sup> , 3 <sup>ème</sup> et 4 <sup>ème</sup> année	48
10	histogramme représente les résultats du deuxième test pour tous les niveaux 1 <sup>ier</sup> , 2 <sup>ème</sup> , 3 <sup>ème</sup> et 4 <sup>ème</sup> année	49
11	Histogramme de comparaison des performances de sexe féminin (Niveau 1 <sup>ère</sup> année) sous formes de moyennes et d'écart-types	52
12	Histogramme de comparaison des performances de sexe féminin (Niveau 2 <sup>ème</sup> année) sous formes de moyennes et d'écart-types	53
13	Histogramme de comparaison des performances de sexe féminin (Niveau 3 <sup>ème</sup> année) sous formes de moyennes et d'écart-types	54
14	Histogramme de comparaison des performances de sexe féminin (Niveau 4 <sup>ème</sup> année) sous formes de moyennes et d'écart-types	55



## Liste des Figures

---

15	Histogramme de comparaison des performances de sexe masculin (Niveau 1 <sup>ère</sup> année) sous formes de moyennes et d'écart-types	56
16	Histogramme de comparaison des performances de sexe masculin (Niveau 2 <sup>ème</sup> année) sous formes de moyennes et d'écart-types	57
17	Histogramme de comparaison des performances de sexe masculin (Niveau 3 <sup>ème</sup> année) sous formes de moyennes et d'écart-types	58
18	Histogramme de comparaison des performances de sexe masculin (Niveau 4 <sup>ème</sup> année) sous formes de moyennes et d'écart-types	59

## **INTRODUCTION GENERALE**

1- Problématique .....	1
2 – Hypothèse .....	2
3- Définition des concepts .....	2
4- Objectifs de la Recherche .....	3
5- Outils et Méthodologie .....	3
6- Organisation du Travail .....	4

## **INTRODUCTION GENERALE**

Depuis l'antiquité, les activités sportives ont occupé une place très importante dans la vie quotidienne de l'homme; d'ailleurs, les jeux olympiques comme on les connaît aujourd'hui ont commencé à être pratiqués depuis l'époque de la civilisation grec ancienne aux environs du sixième siècle avant Jésus Chris. A cette époque là, La course de vitesse, parmi toutes les autres activités, était considérée comme l'épreuve reine dans toutes les réunions d'athlétismes et elle l'est toujours.

Depuis, à peut près, quelques dizaines d'années, et vue le rôle important que peuvent jouer l'activité physique et la pratique du sport en général dans la vie de l'individu sur tous les plans (physique, psychologique, et même social), les activités physiques et sportives ont été introduites et intégrées dans les écoles sous le nom d'EPS (Education Physique et Sportive) comme une partie essentielle du programme de l'éducation globale.

Suite à leur importance dans la vie quotidienne, développer ses capacités et qualités physiques est devenu un but pour tout individu attiré par les activités sportives et même ceux qui ne le sont pas. Mais, puisque les qualités physiques sont en grande partie innées, certaines personnes peuvent se dire qu'apprendre à courir ou sauter...etc est ridicule ; alors qu'en réalité, les qualités physiques telle que la vitesse, l'endurance ... etc, bien qu'elles soient innées, peuvent se développer à l'aide d'un suivi et un enseignement externes comme toute autre compétence d'ailleurs.

### **1- Problématique**

Le développement des capacités motrices est nécessaire pour mieux pratiquer les activités physiques et d'organiser l'entretien de la vie corporelle. Ramifiant de ces capacités, la vitesse est une qualité physique primordiale pour mieux pratiquer les disciplines que l'EPS constitue; en plus de nos jours, la qualité de sprint est indispensable dans toute forme d'activité physique et/ou sportive, et dernièrement on a constaté chez les adolescents scolarisés des performances qui ont connu un recul sur le plan de vitesse.

Dans l'école algérienne, on ne pratique qu'une seule séance de deux heures d'EPS par semaine; ces deux heures sont divisées entre deux disciplines selon le programme national d'EPS, une heure pour un sport individuel, et une autre pour un sport collectif; rajoutons à ça, la diminution des deux heures jusqu'à presque soixante dix minutes qui restent pour travailler et atteindre l'objectif de la séance. Et parmi les objectifs les plus ultimes de cette discipline

(EPS) le développement des capacités motrices et des qualités physiques de l'élève notamment la vitesse; cependant, la question qu'on peut se poser, et qui est la question fondamentale de notre travail de recherche, est la suivante:

- *Existe-t-il une évolution significative de la qualité de vitesse chez les élèves scolarisés au CEM âgés entre 11 ans et 14 ans après un cycle de vitesse?*

## **2- Hypothèse**

Nous croyons que une séance de deux heures d'EPS par semaine n'est pas suffisante pour l'atteinte des objectifs pour lesquelles l'EPS est faite; ni encore moins lorsque ces deux heures ne se pratique pas dans les meilleures conditions possible. Dans ce contexte, nous croyons à l'hypothèse suivante:

- *Il n'existe pas un développement de la qualité de vitesse après tout un cycle consacré à cette qualité.*

## **3- Définition des concepts**

### **L'évaluation:**

Opération qui consiste à estimer, à apprécier, à porter un jugement de valeur ou à accorder une importance à une personne, à un processus, à un événement, à une institution ou à tout objet à partir d'informations qualitatives et ou quantitatives et de critères précis en vue d'une prise de décision.<sup>1</sup>

### **La puberté**

L'ensemble des phénomènes physiques et psychiques qui définissent le passage de l'état d'enfant à l'état adulte aboutissant à l'acquisition de la taille définitive et de la fonction de reproduction.<sup>2</sup>

### **L'adolescence**

C'est une période de la vie d'un individu correspondant à la phase de maturation qui fera passer cet individu de l'état d'enfant à celui d'adulte<sup>3</sup>, la maturation sera biologique mais

---

<sup>1</sup> Renald Legendre, dictionnaire actuel de l'éducation 1993

<sup>2</sup> Jean Hermesse, P2,3 mars 2014.

<sup>3</sup> PIERRE G. COSLIN Psychologie de l'adolescent, P22, 2010

aussi psychoaffective ; ainsi que sociale et économique. Le mot adolescence est donc en dernière analyse, un concept d'ordre essentiellement culturel. <sup>4</sup>

Selon le dictionnaire Hachette, l'adolescence correspond à « l'âge compris entre la puberté et l'âge adulte »<sup>5</sup>

### **La vitesse**

La vitesse est la capacité qui permet sur la base de la mobilité des processus du système neuromusculaire et des propriétés qui ont les muscles à développer de la force d'accomplir des actions motrices dans un laps de temps minimum dans des conditions données.<sup>6</sup> Autrement dit, c'est la capacité de se déplacer avec la plus grande rapidité possible.

## **4- Objectifs de la Recherche**

L'objectif avoué de la présente recherche est d'évaluer et de déterminer si il existe un développement de la qualité de vitesse chez les élèves âgés entre 11 et 14 ans

D'une autre part, le but le plus précis et principal de ce travail est d'attirer l'attention des spécialistes et de tous ceux qui sont concernés par ce domaine , vers l'insuffisance des horaires de la pratique du sport (deux heures par semaine) d'une part et au programme d'EPS qui ne peut pas être considéré efficace , d'une autre part, pour développer les qualités physiques des élèves notamment la vitesse qui est une qualité importante et cruciale dans de nombreuses disciplines individuelles (athlétisme) ou collectives (football).

## **5- Outils et Méthodologie**

### **Méthodes**

Pour atteindre les objectifs de notre travail, nous allons employer une méthode mixte entre l'approche quantitative et l'approche qualitative; et cela est, d'une part, pour mesurer la vitesse des élèves afin de mesurer l'efficacité du programme d'EPS pour développer leurs qualités physiques, et d'une autre part, pour analyser et interpréter les résultats de ce travail.

---

<sup>4</sup> L'adolescence et la puberté, p3 mai 2006

<sup>5</sup> O. Dictionnaire Hachette 2004

<sup>6</sup> J. Weinek, Manuel d'entraînement, p349, 3<sup>ème</sup> édition, in Frey 1997

## **Instruments**

Pour collecter les données dont nous avons besoin pour la mise en œuvre de notre travail et l'atteinte de nos objectifs, nous allons utiliser des tests comme un instrument de recherche

## **Population et Echantillon**

Pour élaborer nos buts de notre recherche, nous avons choisi de travailler sur les élèves du CEM; nous avons opté pour cette population par conviction que les élèves du CEM sont la population la plus appropriée pour cette recherche parce qu'ils ont l'âge le plus proche à celui qui favorise le meilleur moment de développer cette qualité de vitesse.

## **6- Organisation du Travail**

Notre travail de recherche est organisé en trois chapitres, un premier chapitre théorique, un deuxième chapitre méthodologique, et enfin un dernier pratique.

Le premier chapitre, qui est typiquement théorique dans lequel nous visons à couvrir les trois variables considérées dans notre travail ; et ceci sera par une lecture critique à travers les différents travaux précédents qui nous avons été disponibles. Donc ce chapitre va couvrir l'évaluation, la vitesse, et enfin la puberté et l'adolescence.

Dans le deuxième chapitre nous allons décrire les méthodes adoptées pour travailler les objectifs de notre travail, ainsi que l'échantillon et la population sur lesquels nous avons travaillé. Nous allons aussi décrire les différents instruments de recherche que nous avons utilisés pour collecter les données nécessaires pour notre recherche ainsi que les procédures suivies pour la collecte des données; et nous allons terminer avec une description des procédures employées pour l'analyse des résultats.

Le troisième chapitre dans ce travail est pratique; il est consacré à la présentation des résultats de notre travail sous forme de statistiques, l'analyse des données, la discussion des résultats, et enfin les recommandations.

## CHAPITRE 1: ANALYSE BIBLIOGRAPHIQUE

I-1- L'Evaluation .....	6
I-1-1- Définition .....	6
I-1-2- Les Types d'Evaluation .....	7
I-1-2-1- L'Evaluation Diagnostique .....	8
I-1-2-2- L'Evaluation Formative .....	9
I-1-2-3- L'Evaluation Sommative .....	11
I-1-2- Les Modalités de l'Evaluation .....	12
I-1-3- Les Formes de l'Evaluation .....	13
I-2- La Vitesse comme une Qualité Physique Importante .....	14
I-2-1- Définition de la Vitesse .....	14
I-2-2- Modalités de la Vitesse .....	15
I-2-3- Eléments Constitutifs de l'Activité .....	15
I-1-3-1- L'échauffement .....	15
I-2-3-2- La technique de course .....	16
I-2-4- Les Facteurs Déterminants la Vitesse .....	16
I-2-4-1- La Vitesse de Réaction .....	17
I-2-4-2- La Faculté d'Accélération .....	18
I-2-4-3- Vitesse d'Action .....	19
I-2-4-4- Endurance-Vitesse .....	19
I-3- La Puberté et l'Adolescence .....	19
I-3-1- La Puberté .....	19
I-3-1-1- Définition .....	19
I-3-1-2- Les Phases de la Puberté .....	20
I-3-1-3- Le déclenchement de la puberté .....	20
I-3-1-4- La Pratique Sportive pendant la Puberté .....	21
I-3-2- L'Adolescence .....	21
I-3-2-1- Définition de l'adolescence .....	21
I-3-2-2- Les Principales Caractéristiques de l'Adolescence .....	22
I-3-2-3- La Pratique sportive et l'Adolescence .....	25

## CHAPITRE 1: ANALYSE BIBLIOGRAPHIQUE

Ce premier chapitre est typiquement théorique, dans lequel nous visons à couvrir les trois variables considérées dans notre travail ; et ceci sera par une lecture critique à travers les différents travaux précédents qui nous sont disponibles.

Donc ce chapitre sera divisé en trois sections ; la première sera consacrée à l'EPS, la deuxième aux adolescents et sport, la troisième couvrira la vitesse comme une qualité physique importante dans les différentes disciplines sportives.

### I-1- L'Evaluation

L'évaluation est l'un des aspects les plus importants de l'apprentissage. En effet nous ne pouvons pas mettre un plan d'apprentissage sur une durée à long ou court terme, sans connaître le niveau des élèves ciblés et nous ne pouvons pas progresser dans les processus d'apprentissage sans connaître les progrès des élèves au cours du processus d'apprentissage puisque si les élèves n'atteignent pas l'objectif de chaque processus, ils auront une difficulté lors de la phase suivante.

Ainsi, de puis longtemps, de nombreuses interrogations ont intrigué les chercheurs en éducation<sup>1</sup> :

- Qu'est-ce qu'évaluer?
- Pourquoi évaluer?
- Quand évaluer?
- Comment évaluer?

Ces questions, qui se posent d'une façon permanente, expriment le désir profond de ces chercheurs de donner une autre conception à l'acte d'évaluation qu'il devienne selon ces derniers et aussi les formateurs « un outil de régulation et d'optimisation de l'enseignement »

#### I-1-1- Définition

L'évaluation doit devenir un véritable outil de réussite qui permette à tous les élèves de mieux mesurer les progrès qu'ils réalisent dans leurs apprentissages, de prendre confiance dans leurs capacités et d'identifier leurs difficultés pour y remédier.

---

<sup>1</sup> Stéphane Brau-Antony- jean-Pierre Cleuziou, L'évaluation en EPS.P 38, 67 – année 2005



Evaluer peut signifier, porter un jugement, apprécier, estimer, attribuer une valeur à la chose observée (quelque chose ou quelqu'un) en fonction d'un projet implicite ou explicite, juger la valeur d'un travail en fonction des consignes données, juger le niveau de quelqu'un ou quelque chose par rapport à des références, ou un groupe, juger selon des normes préétablies.<sup>2</sup>

Pour Noizt et Carverni, l'évaluation est un acte par lequel à propos d'un événement, d'un individu, d'un objet, on émet un jugement en se référant à plusieurs critères. Cette définition met l'accent sur l'idée qu'évaluer, c'est avant tout juger, en comparant quelque chose à une référence.<sup>3</sup>

De Ardoino et Berger (1986) dit qu'évaluer consiste à émettre un jugement de valeur, à estimer la valeur de quelque chose ou de quelqu'un.<sup>4</sup>

De plus Landsheere définit l'évaluation dans le milieu éducatif comme l'acte, d'estimer par une note, la présence d'une modalité ou d'un critère considéré dans un comportement ou un produit. Maccario (1986) de son côté indique que l'évaluation est l'acte qui consiste à émettre un jugement de valeur à partir, d'un recueil d'information sur l'évaluation ou le résultat d'un élève, en vue de prendre une décision.<sup>5</sup>

Donc, évaluer consiste à porter un jugement de valeur sur le travail fourni, à partir d'un objectif et en se référant à plusieurs critères.

L'évaluation joue un rôle essentiel dans la façon dont les élèves apprennent, dans leur motivation à apprendre et dans la façon dont les enseignants enseignent,

### **I-1-2- Les Types d'Evaluation**

Dans des recherches ultérieures, Charles Hadji, Stufflebeam (1980) et Ketele (1980) ont élaboré une classification des actions d'évaluation basée sur la notion de « fonction ». Trois fonctions essentielles ont été accordées pour l'évaluation:<sup>6</sup> une fonction pronostique ou

---

<sup>2</sup> Dictionnaire Larousse, 1990

<sup>3</sup> Noizt (G), Carverni (J.P)- Psychologie de l'évaluation scolaire (1978) p 13

<sup>4</sup> Stéphane Brau-Antony- Jean-Pierre Cleuziou, L'évaluation en EPS p31 - année 2005

<sup>5</sup> Landsheere et Maccario(1986), Cité dans un mémoire « évaluation en éducation physique et sportive », P 14, présenté par Mme : F. Mokrani. UNIVERSITE D'ALGER 2000 /2001.

<sup>6</sup> par Stéphane Brau-Antony- Jean-Pierre Cleuziou, L'évaluation en EPS, P 27, 28, 29. Année 2005

prédictive pour toute difficulté probable lors de l'apprentissage, une fonction de régulation de l'apprentissage, et enfin une fonction de vérification ou de contrôle des acquis.

Ces trois fonctions de l'évaluation, qui s'étalent tout au long d'une année scolaire, sont liées respectivement à trois types d'évaluation: l'évaluation *diagnostique*, *formative* et *sommative*. Les théories de l'évaluation en éducation, en général, et en EPS en particulier insistent également sur les trois types d'évaluation existants mentionnés précédemment car ceux-ci apportent différemment que ce soit à l'élève ou à l'enseignant des informations importantes pour le processus d'apprentissage.

### **I-1-2-1- L'Évaluation Diagnostique**

L'évaluation intervenant en premier lors d'une séance d'EPS est l'évaluation diagnostique. Celle-ci consiste à repérer, et déceler les capacités et les difficultés des élèves et leurs erreurs afin que l'enseignant puisse présenter des situations d'apprentissages adaptées; on y détermine aussi le plus souvent les objectifs que l'on pourra viser, cependant, ceux-ci pourront être affinés lors des futures séances.<sup>7</sup>

Dans le même ordre d'idée, Cazorla et Roher considèrent que l'évaluation diagnostique permet, non seulement de faire l'état des lieux des capacités individuelles, mais de fixer les objectifs de cycle d'enseignement les mieux adaptés aux possibilités et aux niveaux des élèves.<sup>8</sup> Les objectifs de l'évaluation diagnostique peuvent être résumés comme suit:<sup>9</sup>

- Identifier les difficultés de chaque élève.
- Déterminer le niveau général de groupe cible.
- Aider l'enseignant à mettre le plan d'apprentissage.
- Aider l'enseignant à choisir les méthodes et les moyens d'apprentissage.
- Aider les élèves à découvrir et accomplir leurs expériences nécessaires pour réussir.

Par conséquent, il est impératif de consacrer toujours la première séance, voir même plus, d'un cycle à une évaluation diagnostique, cette séance pourra nous permettre de déterminer le niveau des élèves, leurs difficultés et aussi leurs erreurs pour s'en servir comme

---

<sup>7</sup> Stéphane Brau-Antony- Jean-Pierre Cleuziou, L'évaluation en EPS. P 44. Année 2005

<sup>8</sup>Cazorla et Roher (1990), Cité dans un mémoire « évaluation en éducation physique et sportive » P 20, présenté par Mme : F. Mokrani. UNIVERSITE D'ALGER 2000 /2001.

<sup>9</sup> Stéphane Brau-Antony- Jean-Pierre Cleuziou, L'Evaluation en EPS. P 44, 47. Année 2005

source d'informations et essayer de les interpréter et partir sur de bonnes bases pour accomplir ou atteindre les objectifs de ce cycle.

### **I-1-2-2- L'Évaluation Formative**

Intégrée à l'action pédagogique, la fonction formative de l'évaluation s'est lancée comme nouvelle pratique dont l'originalité, par rapport aux autres types d'évaluation, elle se résume dans l'idée « d'évaluer pour améliorer » (CRONBACH 1963), alors que cette appellation, évaluation formative, est apparue pour la première fois dans un article de SCRIVEN (1967).<sup>10</sup>

Ce type d'évaluation intervenant au cœur de l'action de formation est elle consiste, compte tenu d'un objet pédagogique préalablement choisi et d'un programme d'apprentissage précis, à vérifier si l'élève progresse et s'approche des objectifs visés et par conséquent de réguler l'apprentissage des élèves en fonction des observations; l'enseignant pourra alors ajuster son dispositif pédagogique en fonction de l'analyse qu'il fait des effets de son action et d'autre part de réguler l'activité de l'apprenant.

En effet, elle informe l'élève ainsi que l'enseignant de degré de réussite atteint en faisant émerger des difficultés éventuelles ainsi que des stratégies permettant de réussir. Le rôle de l'enseignant est d'éclairer le travail de l'élève, de proposer des activités nécessaires pour remédier aux difficultés de chacun.<sup>11</sup>

De plus, selon Allal (1979), l'évaluation formative se caractérise par les étapes suivantes:<sup>12</sup>

- L'enseignant recueille des informations concernant les progrès et les difficultés d'apprentissage des élèves.
- Il interprète ces informations dans une perspective à référence critérielle, et dans la mesure du possible, diagnostic des facteurs qui sont à l'origine des difficultés d'apprentissage observées chez l'élève.
- Il adapte ces activités d'enseignement et d'apprentissages en fonction de l'interprétation faite des informations recueillies.

---

<sup>10</sup> Stéphane Brau-Antony- jean-Pierre Cleuziou, L'évaluation en EPS.P 41. Année 2005

<sup>11</sup> Roland Abrecht, « l'évaluation formative » P 26, 1991. 1ere édition.

<sup>12</sup> Stéphane Brau-Antony- jean-Pierre Cleuziou, L'évaluation en EPS.P 43 année 2005

Pour Hadji (1997) l'évaluation formative peut à la fois être considérée comme une « utopie porteuse », c'est-à-dire, une véritable pratique pédagogique innovante, un levier de transformation des pratiques enseignantes, mais aussi comme une démarche souvent délicate à mettre en œuvre.<sup>13</sup>

Cette évaluation est donc intégrée au processus d'apprentissage; elle s'accompagne de procédures de remédiations qui sont plus d'ordre pédagogique qu'évaluatif, il s'agit donc d'une évaluation au service des apprentissages des élèves.

Il existe aussi l'évaluation formatrice qui se rapproche de l'évaluation formative. Le terme « formatrice » a été introduit par Scallon en (1982) pour désigner un modèle d'action pédagogique développé.<sup>14</sup> En effet, celle-ci cherche plus précisément à mieux positionner les rôles respectifs de l'enseignant et de l'élève au niveau de la régulation des critères d'évaluation.

D'une autre manière, l'évaluation formatrice se déroule également au cours d'une période d'enseignement, sa fonction est pédagogique puisqu'elle favorise les apprentissages des élèves, mais également éducative dans la mesure où elle vise à rendre les élèves gestionnaires de leurs apprentissages en les aidant à développer des compétences méthodologiques de l'ordre de « l'apprendre à apprendre ». Son but est de permettre à l'élève de:

- S'approprier les critères de réussite et de réalisation.
- D'anticiper et de planifier ses actions.
- D'autogérer ses erreurs.

Selon les introducteurs de ce type d'évaluation, l'élève doit participer plus activement à la régulation de ses propres actions; ce qui lui permet un certain degré d'autonomie dans son parcours d'apprentissage et de développement.

Si nous devons comparer l'évaluation formative et l'évaluation formatrice, la différence la plus perceptible se situerait dans l'implication encore plus importante de l'élève dans le processus d'évaluation. C'est-à-dire, si dans l'évaluation formative, le recueil d'informations est pour l'essentiel réalisé par le maître (l'enseignant communique ces informations afin d'aider l'élève à repérer où il en est dans sa démarche d'apprentissage, par

---

<sup>13</sup> Stéphane Brau-Antony- Jean-Pierre Cleuziou, L'évaluation en EPS.P 42 année 2005

<sup>14</sup> Stéphane Brau-Antony- Jean-Pierre Cleuziou, L'évaluation en EPS.P 60 année 2005

identification de l'écart à un objectif), dans l'évaluation formatrice, c'est l'élève lui-même qui recueille les informations pour les comparer aux critères de réussite et de réalisation, bien évidemment ce recueil sera facilité par l'enseignant grâce à certaines conduites d'étayage. L'évaluation formatrice s'inscrit pleinement dans les méthodes actives qui donnent une place centrale à l'élève en ce sens que l'élève y est considéré comme le partenaire privilégié de l'enseignant pour construire ses propres apprentissages et non comme un simple récepteur de connaissances empreintes des pédagogies transmissives.<sup>15</sup>

On peut en conclure que l'évaluation formative et l'évaluation formatrice ont le même objectif de permettre à l'élève d'être au courant de son progrès quoique les deux le font différemment.

### **I-1-2-3- L'Evaluation Sommative**

La dernière évaluation mise en place lors de la dernière séance est l'évaluation sommative ou certificative. Comme son nom l'indique bien, ce type d'évaluation est en grande partie basé sur des sommes et des chiffres; il représente le progrès ou les acquis des apprenants sous forme de chiffres et de nombres.

L'évaluation sommative revêt le caractère de bilan et cherche à valider l'ensemble des acquisitions des élèves faites pendant le cycle. C'est une évaluation dont la fonction est de certifier que les apprenants maîtrisent les objectifs définis par le système de formation.<sup>16</sup>

Ce type d'évaluation exerce donc, selon ses auteurs, une fonction de contrôle et de vitrification, Aussi a pour but d'assurer que les caractéristiques des élèves répondent aux exigences préétablies du système de formation.

Cette évaluation révèle donc deux dimensions antagonistes: la première et la plus communément admise est celle de la « certification », les élèves reçoivent une note chiffrée qui dépend du niveau de compétences atteint. La deuxième dimension « pédagogique » est, quant à elle, plus favorable aux apprentissages, elle permet selon Meirieu de concevoir de nouvelles stratégies d'enseignement et d'apprentissage à partir des difficultés et des erreurs rencontrées.

---

<sup>15</sup> Stéphane Brau-Antony- jean-Pierre Cleuziou, L'évaluation en EPS.P 64 année 2005

<sup>16</sup> Stéphane Brau-Antony- jean-Pierre Cleuziou, L'évaluation en EPS.P 70 année 2005

En général l'évaluation sommative a une fonction pédagogique (observer, orienter, guider, agir, décider) et une fonction social (noter, classer, comparer).

### **I-1-2- Les Modalités de l'Evaluation**

Une évaluation, formative ou sommative, peut être conçue selon deux modalités: une évaluation qui compare les élèves les uns aux autres, dans le groupe classe ou entre des groupes de même niveau, et une évaluation qui permet de certifier ce que les élèves peuvent faire et ne peuvent pas faire, indépendamment les uns des autres, en rapportant cette certification à un ensemble de critères prédéfinis. On parlera, dans le premier cas, d'évaluation normative, et dans le second, d'évaluation critériée.

Par l'évaluation normative, les individus sont situés les uns par rapport aux autres, en fonction des scores obtenus par les membres d'un groupe de référence. Dans l'évaluation scolaire courante, la norme de référence est bien souvent constituée par les performances moyennes du groupe classe. (Résultats comparés aux résultats du groupe).<sup>17</sup>

On peut dire aussi que l'évaluation normative situe les performances des élèves par rapport à une norme. Elle compare les résultats de l'individu à la moyenne des résultats d'un groupe.

L'évaluation critériée, quant à elle, apprécie un comportement en le situant par rapport à une cible (le critère qui correspond à l'objectif à atteindre), c'est-à-dire le résultat est comparé à un critère/performance.

On peut dire aussi que l'évaluation critériée vérifie les performances d'un élève en fonction d'un ensemble de compétences (savoirs, savoir-faire, savoir-être) constituées en critères par rapport à un modèle défini auparavant.

C'est dans ce sens que De Landsheere (1979) dit: « Il ne s'agit pas de situer les différences entre les élèves en se référant à des normes statistiques mais de vérifier que les élèves ont atteint des performances cibles souhaitables ».<sup>18</sup>

Par l'évaluation critériée l'enseignant cherche à déterminer le niveau minimum souhaitable des capacités à acquérir par les élèves et l'évaluation des résultats par rapport aux objectifs à atteindre.

---

<sup>17</sup> Frédéric Rufin, 5mai 2004.

<sup>18</sup> Stéphane Brau-Antony- jean-Pierre Cleuziou, L'évaluation en EPS.P 109, année 2005.

### **I-1-3- Les Formes de l'Évaluation**

Selon l'auteur, on peut distinguer trois (3) formes d'évaluation<sup>19</sup> : l'évaluation par l'enseignant, l'évaluation par l'élève lui-même (auto-évaluation), et l'évaluation par un autre élève (Co-évaluation).

#### **a- L'évaluation par l'enseignant**

On peut la définir comme une démarche qui consiste à examiner le travail d'un élève par l'enseignant. Pour Scallon (1988), le plus important n'est pas de juger le degré de réussite de l'élève mais de lui apporter l'information dont il a besoin pour comprendre et corriger ses erreurs.<sup>20</sup>

#### **b- L'Auto-évaluation**

Ce qu'on appelle aussi l'évaluation par l'élève lui-même; on peut la définir comme une démarche qui consiste à examiner par soi-même ses capacités ou à noter ses propres résultats; donc, on peut dire que l'élève est le seul responsable de cette évaluation.

L'objectif de l'auto-évaluation est d'enrichir le système interne de pilotage de l'élève afin d'améliorer les facultés de régulation de ses propres apprentissages. De fait, l'auto-évaluation devient la clé de voûte du dispositif d'évaluation formative, elle est à la fois un outil de formation (corriger ses erreurs en s'appropriant les critères d'évaluation) et un objectif d'apprentissage (développer l'autonomie des élèves).

Pour s'auto-évaluer, il est fondamental de connaître les critères permettant de juger si les différentes opérations menées pour réaliser la tâche sont pertinentes ou pas. De plus pour Hadji (1997), Nunziati (1990) et Ketele (1990), l'auto-évaluation nécessite donc un travail en profondeur de la part de l'enseignant, elle est ainsi mise au service:

- D'une régulation plus efficace de l'apprentissage grâce à l'appropriation des critères d'évaluation.
- D'une volonté de créer et de mettre en place un fonctionnement autonome de la part de l'élève<sup>21</sup>. C'est-à-dire, c'est l'élève qui va déterminer ses priorités, gérer ses résultats, et émettre des hypothèses sur ses erreurs.

---

<sup>19</sup> Stéphane Brau-Antony- jean-Pierre Cleuziou, L'évaluation en EPS. P 61, 63, année 2005

<sup>20</sup> Stéphane Brau-Antony- jean-Pierre Cleuziou, L'évaluation en EPS. P 62, année 2005

<sup>21</sup> Stéphane Brau-Antony- jean-Pierre Cleuziou, L'évaluation en EPS. P 63, année 2005

### **c- La Co-évaluation**

Celle-ci peut être définie comme une démarche qui consiste à examiner le travail d'un élève par un autre élève; cette évaluation doit s'accompagner avec une liste de critères qui permettront aux élèves du même groupe ou classe s'évaluer les uns les autres. La Co-évaluation donc a pour objet de permettre à l'élève de prendre plus de responsabilité et de gagner plus d'autonomie dans son processus d'apprentissage.

En résumé, l'évaluation apparaît, aujourd'hui, comme un élément incontournable pour répondre aux finalités assignées au système éducatif notamment la lutte contre l'échec scolaire. De plus, les différentes formes d'évaluation constituent de véritables leviers pour l'apprentissage nous avons vu que l'enseignant peut ajuster et moduler ses actions pédagogiques au regard des difficultés rencontrées par les élèves, il peut apprécier les démarches utilisées et proposer des situations de remédiations en difficulté. Dans cette acceptation, l'évaluation serait au service de l'interprétation des stratégies et des procédures utilisées et exploitées par les élèves dans les situations d'apprentissage.

Dans cette section, on a déterminé la multiplicité des formes et des fonctions de l'évaluation, l'enseignant aura pour mission de mettre en adéquation les dispositifs d'enseignement et les stratégies d'apprentissages des élèves.

## **I-2- La Vitesse comme une Qualité Physique Importante**

### **I-2-1- Définition de la Vitesse**

La vitesse est l'une des six qualités fondamentales d'un sportif<sup>22</sup>. Elle est définie comme la faculté de faire parcourir à son corps ou à ses membres la plus grande distance dans un temps donné ou d'effectuer le temps le plus court sur une distance donnée.<sup>23</sup> La qualité de vitesse n'existe pas mais constitue une liaison des différentes qualités physiques; en effet, c'est le regroupement de l'ensemble de ces dernières (la mobilité, la force, la coordination...) qui mène vers une qualité vitesse.

La vitesse sportive est la capacité, sur la base des processus cognitifs, de la volonté maximale et du fonctionnement du système neuromusculaire, d'atteindre dans certaines

---

<sup>22</sup> Romain, B, Développement des qualités physiques, vitesse

<sup>23</sup> Didier Reiss, Dr Pascal PREVOST, la bible de la préparation physique, p 361, 2013



conditions la plus grande rapidité de réaction et de mouvement<sup>24</sup>. Cette définition est plus complète car elle a fait intervenir non seulement les éléments de la condition physique mais aussi les composantes psychiques.

### **I-2-2- Modalités de la Vitesse**

En parlant des modalités de la vitesse, Schiffer (1993) a pu distinguer deux formes de la vitesse, vitesse pure et vitesse complexe. Il a défini les différentes manifestations et sous-catégories de la vitesse.

Il a distingué de matière de vitesse pure trois différentes catégories: une *vitesse de réaction* qui est une capacité de réagir a un stimulus dans le plus bref délai, une *vitesse d'action* qui est une capacité acyclique; c'est-à-dire, exécuter un mouvement unique avec une rapidité maximale contre une faible résistance, et une *vitesse de fréquence* qui est une capacité cyclique concernant un mouvement répété a l'identique ; c est à dire, d'exécuté avec une rapidité maximale des mouvements répété avec une faible résistance.

On doit rappeler que cette différente forme de vitesse pure dépend exclusivement du système nerveux central et de facteurs génétiques.

De plus, en matière de vitesse complexe, Schiffer a pu distinguer trois autres sous catégories: *force vitesse* qui est une capacité de repousser des résistances avec une vitesse maximale en un temps donné, *vitesse endurance* qui, d'autre part, est une capacité de résister à la perte de vitesse due a la fatigue pour des vitesses de contraction maximales dans l'exécution des mouvements acycliques avec des résistances renforcées, et enfin, une *vitesse-endurance maximale* qui est la capacité de résister a la perte de vitesse due a la fatigue pour des vitesses de contraction maximales dans l'exécution des mouvements cycliques.<sup>25</sup>

### **I-2-3- Eléments Constitutifs de l'Activité**

#### **I-1-3-1- L'échauffement**

Dans toutes activités sportives l'échauffement est indispensable, ces un traitement préliminaire à une séance d'activité physique permettant d'amener le sujet dans des conditions optimales (physique, physiologique et psychologique), en vue de réaliser la performance la plus élevée possible.

---

<sup>24</sup> J. Weinek, Manuel d'entraînement, p293, 4<sup>eme</sup> édition, 1997

<sup>25</sup> Jurgen weineck, manuel d'entraînement, p 294, 295. 4<sup>eme</sup> édition 1997

CHRISTOPHE CARRIO a pu nous indiquer trois objectifs principaux de l'échauffement:

- Le premier objectif est d'augmenter la mobilité de certaines articulations clé de l'organisme comme l'articulation de la cheville et celle de la hanche et celle de la ceinture scapulaire.
- Le deuxième objectif est d'augmenter la sensibilité des capteurs proprioceptifs; cela minimise le risque de blessures des élèves a l'exécution de l'activité.
- Le troisième objectif est d'augmenter la température musculaire et d'échauffer le système cardiovasculaire, un muscle bien échauffé est capable de se contracter et se relâcher efficacement.( CHRISTOPHE CARRIO, 2008 ).

### **I-2-3-2- La technique de course**

Il s'agit de franchir la distance de 100m sur un couloir droit avec la plus grande rapidité maximale dans un laps de temps.

FREDERIC AUBERT et THIERRY CHOFFIN 2007 ont décomposé cette épreuve en deux phases: *la phase d'acquisition de la vitesse* et *la phase de conservation de la vitesse*. Mais avant de parler de ses deux phases, on devrait d'abord mentionner une étape très pertinente dans chaque course, celle-ci est le départ.

#### **a- Le départ**

On distingue deux types différents de départ: le premier est ce qu'on appelle un départ accroupi, quant au second, on l'appelle un départ debout

Le départ accroupi est le type de départ exigé pour toutes les courses qui ne dépassent pas les 400m. Il se donne après trois commandements:

- **A vos marques:** Les coureurs, se placent dans les Starting-block, les mains derrière la ligne de départ, les appuis formés par les doigts sont toniques et la jambe d'appel placée en avant;
- **Prêts:** ils se mettent en position d'alerte. Le corps bascule vers l'avant, à la limite du déséquilibre, en appui sur les bras tendus. Il y a alors soulèvement du bassin, avancement des épaules;

- **Signal:** Le signal sonore n'est donné que si les coureurs sont immobiles. Ces derniers bondissent vers l'avant en s'aidant du déséquilibre du corps et de l'impulsion des jambes. L'équilibre du corps est rétabli grâce à l'action énergique des bras.

Le second type, le départ debout, et celui qui ne se pratique qu'à des distances supérieures à 400m. Il se donne après deux commandements:

- **A vos marques:** les coureurs sont debout derrière la ligne de départ.
- **Signal de départ:** il n'est donné que si les coureurs sont immobiles.<sup>26</sup>

#### **b- La phase d'acquisition de la vitesse**

Elle comprend la réaction au signal de départ et la mise en action partant de la position en quadrupédie; le sprinter se redresse progressivement pour atteindre sa vitesse maximale, c'est une course dont les paramètres et composantes peuvent évoluer.

#### **c- La phase de conservation de la vitesse**

Celle-ci commence lorsque le sprinter n'est plus en position de pousser pour augmenter sa vitesse. Dans cette phase le coureur atteint sa vitesse maximale. Elle se termine au passage des épaules au-delà de la ligne d'arrivée.<sup>27</sup>

### **I-2-4- Les Facteurs Déterminants la Vitesse**

D'une façon générale on distingue, surtout en ce qui concerne le sprint de 100 m, quatre facteurs principaux de la vitesse, à savoir la vitesse de réaction, la capacité d'accélération, la vitesse d'action et la vitesse endurance.

#### **I-2-4-1- La Vitesse de Réaction**

L'enregistrement de la courbe des forces dans un départ de sprint depuis le coup de pistolet jusqu'à l'instant où le coureur quitte les blocs montre qu'un certain temps est nécessaire pour que les muscles réagissent après le coup de pistolet (weineck, 2001), que ce passe-t-il pendant tout ce temps de latence entre le coup de pistolet et la poussée dans les blocs ? Zatsiorski tente une description. Il s'agit d'une latence nerveuse qui comporte:<sup>28</sup>

---

<sup>26</sup> Florence FIBAQUE et André BRUN, p 5-9 2003-2004

<sup>27</sup> FREDERIC AUBERT, THIERRY CHOFFIN, Athlétisme 3- les courses P, 133

<sup>28</sup> Jurgen weineck, manuel d'entraînement, p 310, 311. 4<sup>eme</sup> édition 1997

- La manifestation de l'excitation dans le récepteur (l'oreille entend le coup de feu);
- L'influx venant de l'oreille est transmis au système nerveux central;
- Le traitement de l'information au niveau central et la formation du signal effecteur (envoi de l'ordre de pousser);
- L'influx qui circule vers les muscles; enfin,
- L'excitation du muscle et la manifestation de la contraction.<sup>29</sup>

Selon cette explication il est évident que l'athlète trouve énormément de difficultés à réduire le temps de réaction.

La plupart des auteurs (Zatsiorski, Weineck, Beuersfeld) considèrent que les limites extrêmes du temps de réaction sont liées à des facteurs innés (la vitesse de conduction nerveuse en particulier). La marge de progrès grâce à l'entraînement est donc très faible.

Le temps de réaction évolue au cours de la vie, cette évolution est confirmée par les travaux de Pieron; selon des études faites par cet auteur, le temps de réaction le plus court est obtenu entre 18 et 25 ans pour ensuite augmenter progressivement et atteindre, à 45 ans, des valeurs similaires à celles des 13-14 ans. Markosjan et Vasjutina (1965) montrent que vers 6-7 ans, le temps de réaction est encore de 0,50-0,60 s, alors que vers 10 ans, il descend à 0,40-0,25 s.

C'est donc pendant cette période que se situe le moment intéressant pour développer l'aptitude à réagir vite.<sup>30</sup>

### **I-2-4-2- La Faculté d'Accélération**

La faculté d'accélération est la capacité motrice la plus importante du sprinter<sup>31</sup>. A ce propos, elle consiste à effectuer un seul mouvement avec des contractions musculaires d'intensité maximale<sup>32</sup>, car la force et la vitesse sont deux aspects indispensables à ce facteur. L'allongement ou l'augmentation de longueur des foulées est l'indicateur de la phase d'accélération.

---

<sup>29</sup> Gilles cometti, l'entraînement de la vitesse, p 11, 2012

<sup>30</sup> Gilles cometti, l'entraînement de la vitesse, p 16, 2012

<sup>31</sup> J, Weinek, Manuel d'entraînement, p315, 4<sup>ème</sup> édition, 1997

<sup>32</sup> G. Cometti, Entraînement de la vitesse, p30, 2012

Dans les courses de courte durée, la vitesse maximale est atteinte après 4 à 5 secondes de course pour qu'elle reste ensuite constante jusqu'à la ligne d'arrivée avec l'intervention de facteur d'endurance-vitesse.

### **I-2-4-3- Vitesse d'Action**

C'est la faculté de pouvoir augmenter rapidement la cadence de course et de se déplacer en avant à vitesse élevée. La vitesse d'action appelée aussi coordination-vitesse dépend dans une large mesure d'une programmation en vitesse cyclique et acyclique<sup>33</sup>. En parlant de l'entraînement de ce facteur, on doit mentionner que la méthode par répétition est la méthode la plus efficace, et cela pour bien assurer une récupération optimale entre les efforts<sup>34</sup>.

### **I-2-4-4- Endurance-Vitesse**

L'endurance de sprint est la capacité d'effectuer au cours d'une partie entière un nombre maximal de sprints sans qu'il y ait pour autant de réduction sensible de la capacité d'accélération<sup>35</sup> et s'explique aussi par la capacité de résister pendant une période prolongée à une vitesse maximale d'exécution de mouvements acycliques.

## **I-3- La Puberté et l'Adolescence**

### **I-3-1- La Puberté**

#### **I-3-1-1- Définition**

Le terme *puberté* provient du latin *pubère* qui veut dire *se couvrir de poils*. Il est utilisé pour désigner la période où le développement sexuel a lieu. La puberté est la période de transition entre l'enfance et l'adolescence, caractérisé par le développement des caractères sexuels et par une accélération de la croissance statural conduisant à l'acquisition des fonctions de reproduction.<sup>36</sup> On peut aussi la définir comme l'ensemble des phénomènes de maturation somatiques qui amènent l'enfant à l'état adulte. Elle est aussi caractérisée par une variabilité physiologique importante.

---

<sup>33</sup> J, Weinek, Manuel d'entraînement, p246, 3<sup>ème</sup> édition

<sup>34</sup> J, Weinek, Manuel d'entraînement, p322, 4<sup>ème</sup> édition

<sup>35</sup> J, Weinek, Manuel d'entraînement, p316, 4<sup>ème</sup> édition

<sup>36</sup> Michael Hesslberg, Psychologie de l'enfant et de l'adolescent, P 83, 2001

Le déclenchement de la puberté est sous la dépendance de facteurs neuroendocriniens et environnementaux; de plus, c'est une période qui est scindée en trois parties, du point de vue de l'évaluation physique et du développement sexuel.<sup>37</sup>

### **I-3-1-2- Les Phases de la Puberté**

#### **a- La phase pré-pubertaire**

Elle est caractérisée par l'accélération de la croissance, de la taille, des modifications au niveau de la morphologie segmentaire, et le début de l'apparition des caractères sexuels secondaires, développement des gonades, apparition des poils pubiens. Cette période dure généralement deux années, entre 9 et 11 ans.

#### **b- La phase pubertaire**

Elle s'étale généralement sur deux années environ, entre 12 et 14 ans chez les garçons et entre 11 et 13 ans chez les filles. A cette période, les aspects de la transformation physique sexuelle apparaissent rapidement et de façon spectaculaire.<sup>38</sup>

#### **c- La phase poste-pubertaire**

Période de maturation durant laquelle les glandes sexuelle, et les organes génitaux acquièrent leur développement et leurs fonctionnels complets.

### **I-3-1-3- Le déclenchement de la puberté**

La puberté permet le développement des capacités de reproduction. Des gènes et des facteurs environnementaux contrôlent la sécrétion des hormones cérébrales produites. Les transformations observées à la puberté sont déclenchées par des hormones qui assurent une relation entre les organes. La puberté est due à une augmentation progressive des concentrations sanguines de certaines hormones fabriquées par le cerveau ; elles déclenchent le développement des testicules et des ovaires. Testicules et ovaires libèrent à leur tour d'autres hormones (testostérone, œstrogènes) qui déclencheront l'apparition des caractères sexuels secondaires.<sup>39</sup>

---

<sup>37</sup> PIERRE G. COSLIN Psychologie de l'adolescent, P 31, 32. 2010

<sup>38</sup> Michael Hesslnberg, Psychologie de l'enfant et de l'adolescent, P, 84, 85,

<sup>39</sup> Catherine Pienkowski, Sophie Grandjean. La puberté avant l'âge nouveaux aspects, P18

De façon générale, cette période est plus ou moins longue et commence plus ou moins tôt selon les jeunes chacun à son propre rythme, mais en gros, elle débute vers l'âge de neuf (9) ans chez les filles, et vers onze ans et demi (11,5) chez les garçons.

#### **I-3-1-4- La Pratique Sportive pendant la Puberté**

Durant cette phase, le jeune pubère retrouve une stabilisation de ces coordinations et devient plus rentable et plus efficace dans les disciplines pratiquées. Selon la revue «**Science et Vie**» d'**E.P.S (1984)**, pour arriver à un grand degré de perfectionnement et pour le développement de ces capacités, le jeune pubère doit être pris en considération, et cela peut être obtenu à partir d'une poursuite dans le travail (élaboration d'un programme d'entraînement efficace).<sup>40</sup>

#### **I-3-2- L'Adolescence**

L'adolescence commence avec la puberté...c'est un peu la même chose, sauf que quand on utilise le mot « puberté » on parle en général des changements physiques ou liés à la production d'hormones. L'adolescence désigne une période beaucoup plus longue de progression et de transformation de la personnalité, de l'esprit, menant le jeune à devenir un adulte.

##### **I-3-2-1- Définition de l'adolescence**

Le mot *adolescence* vient du latin *adolescere* qui signifie « grandir ». L'adolescence représente un passage entre deux étapes, de l'enfance à l'âge adulte. Elle peut être définie comme la période de transition durant laquelle, l'enfant change physiquement, mentalement et cognitivement pour qu'il devienne adulte.<sup>41</sup> On peut aussi définir ce concept d'une manière générale, comme une période de la vie humaine caractérisée par l'évolution individuelle de la personnalité infantile vers la personnalité adulte.

Pour François Richard, l'adolescence est la période qui sépare l'enfance de l'âge adulte, cette caractérisation soulève plusieurs problèmes.<sup>42</sup>

---

<sup>40</sup> Revus « **Science et vie** » n° 147 paris. Juin 1984.

<sup>41</sup> PIERRE G. COSLIN Psychologie de l'adolescent, P22, 2010

<sup>42</sup> , François Richard, Les troubles psychiques de l'adolescence P 21 2005

Ce n'est qu'à la fin de 19<sup>ème</sup> siècle, en particulier sous l'effet de l'allongement des études qui maintient les élèves dans une sorte d'enfance prolongée, qu'a véritablement émergé l'adolescence comme classe d'âge d'une culture spécifique et selon le dictionnaire **HACHATTE**, l'adolescence correspond à « l'âge compris entre la puberté et l'âge adulte ». Il s'agit d'une période de la vie qui s'échelonne généralement de 11 -12 à 17 – 18 ans.<sup>43</sup>

L'adolescence serait donc la période de l'épanouissement de l'enfant qui se transforme en adulte, afin qu'il devienne acteur et responsable de son parcours personnel et civique. C'est une phase transitoire dans la vie de l'être humain, elle se situe entre l'enfance et l'âge adulte; l'adolescence est devenue un concept important par l'allongement progressif qu'elle a subi. Elle acquiert une signification particulière grâce au rôle qu'elle joue aujourd'hui, dans la vie des sociétés modernes. L'unanimité est faite sur la nécessité de pousser plus loin les recherches dans le but de cerner les mutations de l'adolescence à travers les cultures.

### **I-3-2-2- Les Principales Caractéristiques de l'Adolescence**

Cette période de transition s'accompagne de transformations physiques, physiologiques, et psychologiques, et aussi d'un développement cognitif.

#### **a- Les Changements Physiologiques à l'Adolescence**

On note à cette période d'âge la métamorphose du corps d'une façon spectaculaire avec l'apparition de nouvelles capacités dont l'enfant se transforme en adulte. L'adolescence donne lieu à deux grands phénomènes physiologiques.

- **Un développement des caractéristiques sexuelles primaires:** les caractères sexuels primaires sont en relation avec la fonction de reproduction. (Les ovaires chez les filles et les testicules chez les garçons).<sup>44</sup>
- **Les changements de la capacité physique du corps:** la croissance du corps par le biais de la maturation s'accompagne d'une importante transformation des capacités de l'organisme de l'adolescent. Sur le plan interne, on observe:
  - accroissement du volume sanguin du système cardiovasculaire en fonction de la dimension corporelle

---

<sup>43</sup> Dictionnaire HACHETTE 2004.

<sup>44</sup> PIERRE G.COSLIN, Psychologie de l'adolescent, P 35, 2010



- Accroissement de la taille et de la capacité pulmonaire avec une diminution du rythme ainsi qu'une augmentation de la capacité d'absorption d'oxygène surtout chez le garçon.
- Un accroissement musculaire en parallèle à celui du squelette.

## **b- Les Différents Changements Physiques chez la Fille et le Garçon**

### ***Les Changements somatiques chez les Filles***

Ces changements sont, dans l'ordre suivant:

- La formation des bourgeons mammaires.
- L'apparition des poils pubiens.
- Le début de la poussée de croissance se situe à la onzième année.<sup>45</sup>
- Le développement des seins.
- L'élargissement des hanches et des poules.
- Apparition d'une voix de la femme vers 16 ans.

### ***Les Changements somatiques chez les Garçons***

Les changements chez les garçons apparaissent dans l'ordre suivant:

- Début de l'augmentation de la taille des testicules puis de pénis vers 11 ans.
- Début de l'accélération de la croissance squelettique vers 13 ans.
- L'apparition des poils pubiens.
- Les organes génitaux acquièrent leur morphologie adulte aux 16 ans. Mue de la voix, apparition de la barbe.<sup>46</sup>

## **c- Les Changements Psychologiques**

Le jeune adolescent veut rompre avec son enfance. Certes, il veut laisser les désirs, laisser tout ce qui s'agit de son enfance.

---

<sup>45</sup> Emmanuel Van Praagh Physiologie de sport enfant et adolescent P 09, 2008.

<sup>46</sup> PIERRE G. COSLIN, Psychologie de l'adolescent, P 32, 33, 2010

L'adolescent est contraints de chercher d'autres sources d'inspirations et de plaisirs, et aussi s'éloigner de ses parents. Ce changement peut s'apercevoir pour le mouvement psychologique de l'adolescent, en effet déception qu'éprouve d'adolescent envers ses parents, donc il a besoin de chercher en dehors du cercle familial pour trouver d'autres sources de satisfactions.

***Les répercussions psychologiques importantes***

- Fragilité intellectuelle: qui n'est entre autre qu'un manque d'intelligence et d'imagination.
- Volonté influençable.
- Vulnérabilité effective: certes des idées vulnérable.
- Affirmation du soi: c'est-à-dire s'auto confirmer par déstructuration et restructuration.
- Laisser tomber la famille et ses valeurs pour ses propres idées et valeurs.
- Avoir d'autre sensation surtout d'amour.
- Faire appel a l'idéal et/ou beau; c'est -a- dire, voir tout ce qui est fantastique.
- Une période d'identification: certes avoir un objectif, un but dans la vie et surtout pratiquer ses idées.
- Conflit, dépendance; c'est- a- dire, chercher à l'antérieur d'autres sources de plaisir et d'inspiration.<sup>47</sup>

**d- Le Développement Cognitif à l'Adolescence**

L'adolescence subit une restructuration importante de l'activité mental, et devient capable d'utiliser la pensée abstraite; avant, la pensée du petit enfant était magique, certes une intelligence se développe en lui et cette intelligence est son pouvoir de refaire le monde. L'enfant pense sur le concret alors que l'adolescent a une pensée formelle bien que des fois il en fait un mauvais usage.

Peu à peu l'adolescent découvre les faces complexes des relations interpersonnelles, tout en réalisant le comportement des autres et surtout il comprend son propre comportement, ce qui le rend bien évidemment adulte. C'est alors que la pensée enfantine devienne une pensée adulte, et l'enfant commence à se sentir responsable.

L'activité mentale de l'adolescent lui permet de réaliser sa vie, certes l'adolescent peut comprendre des situations plus complexes que l'enfant. Alors, il veut dire qu'il peut concevoir plusieurs variables à la fois et comprendre et critiquer l'attitude des autres.

---

<sup>47</sup>PIERRE G. COSLIN, Psychologie de l'adolescent, P 69, 73, 2010

Il existe une autre fonction principale de l'activité mentale qui est l'adaptation à des nouvelles situations qui est une forme d'intelligence garante d'une bonne scolarité grâce à la faculté du stockage.

L'accès à la pensée formelle permet de déduire des conclusions à partir de plusieurs hypothèses, il permet aussi le passage de la rédaction, le passage du calcul aux problèmes.

Tout ces changements caractérisent le développement intellectuel du jeune adolescent à partir de 12-13 ans, et son accession au stade de la pensée abstraite entre- autre hypothético-déductive, c'est la période où on refait le monde, il a acquis l'intellect adulte. Il existe diverses formes d'intelligence et il est tout à fait capital de ne pas créer un écart excessif entre le style personnelle de l'intelligence de l'enfant et le type d'études suivies.

Enfin, l'activité mentale à l'adolescence se distingue encore de celle de l'enfant par les tentatives que l'adolescent fait de donner ou de trouver un sens à tous les aspects de son expérience concrète du monde, aidé par de différentes notions; amour, amitié, religion, justice...etc. Tous les adolescents ne construisent pas des théories originales; certes, ils acceptent sans résistance des croyances établies.

Un autre aspect mental des adolescents, et celui là peut être considéré très important est que les adolescents peuvent naturellement saisir la question de la vie et de la mort. A ce stade là, la vie et la mort sont deux concepts et phénomènes très clairs et naturels pour chaque individu.<sup>48</sup>

En résumé, tout ce qu'on peut dire est que l'adolescence est une période cruciale dans la vie de tout individu; elle constitue de différentes phases de développement et de construction de soi; pour cela, il est important de prendre soin des adolescents.

### **I-3-2-3- La Pratique Sportive et l'Adolescence**

A l'adolescence la pratique sportive participe à l'équilibre et à l'épanouissement. Plusieurs études ont montré que les adolescents sportifs ont une meilleure image d'eux-mêmes que les autres. A l'inverse, des adolescents peu actifs physiquement, ou qui se trouvent trop gros ou trop minces, sont davantage sujets à l'anxiété, ou à des troubles du comportement (agressivité, consommation de substances toxiques). Il serait dommage de considérer qu'à

---

<sup>48</sup> Michael Hesslberg, Psychologie de l'enfant et de l'adolescent, P 128,129, 130, 2001

l'adolescence le sport peut devenir une discipline négligeable. Il garde des vertus incomparables (coordination, motricité), éduque à l'autonomie, au respect des règles.

Selon une enquête menée par l'institut national de prévention et d'éducation pour la santé, 40% des adolescents ne pratiquent pas d'activité sportive en dehors de l'école.

## **CHAPITRE II: OUTILS ET METHODOLOGIE DU TRAVAIL**

II-1- Méthodes .....	29
II-2- Description de la Population et de l'Echantillon .....	29
II-3- Description des Instruments .....	29
II-3-1- Description du Test .....	29
II-3-2- Matériel Utilisé .....	30
II-4- Procédures de la Collecte des Données .....	30
II-5- Procédures d'Analyse des Données .....	31

## **CHAPITRE II: OUTILS ET METHODOLOGIE DU TRAVAIL**

Notre travail consiste à évaluer la qualité de vitesse des élèves scolarisés au CEM âgés entre 11 ans et 15 ans. Pour atteindre cet objectif, nous avons élaboré un plan de travail et quelques méthodes d'investigation.

Dans ce chapitre nous allons décrire les méthodes que nous avons adoptées pour atteindre les objectifs de notre travail, ainsi que l'échantillon et la population sur lesquels nous avons travaillé. Nous allons aussi donner une description détaillée des différents instruments de recherche que nous avons utilisés pour collecter les données nécessaires pour notre recherche ainsi que les procédures suivies pour la collecte des données; et nous allons terminer avec une description des procédures employées pour l'analyse des résultats.

## **II-1- Méthodes**

L'objectif de notre travail est d'évaluer la qualité physique de vitesse des élèves scolarisé au CEM pour tous les niveaux; pour atteindre cet objectif nous avons choisi d'appliquer une méthode mixte entre la quantitative et la qualitative. La nature de notre travail de recherche exige la qualité et la quantité des informations pour atteindre des résultats plus précis et fiables.

## **II-2- Description de la Population et de l'Echantillon**

Comme on l'a déjà souligné, notre objectif le plus ultime dans cette recherche est d'évaluer la vitesse des élèves qui est une qualité physique cruciale dans la plupart des disciplines sportives que ce soit collectives ou individuelles; pour cette raison et d'autres, nous avons choisi de travailler sur les élèves du CEM. Nous avons estimé que cette catégorie est la plus approprié car elle est la plus proche à l'âge idéal pour le développement des différents paramètres de la qualité de vitesse.

L'échantillon de notre travail de recherche est les élèves du CEM 800/300 de Smaoun de la Commune de SMAOUN, wilaya de Béjaia. On a travaillé sur tous les niveaux: trois classes de 1ere année et trois autres de 2eme année, 2 classes de 3eme et 2 classes de 4eme année.

Deux cent dix huit élèves de sexe masculin et féminin ont participé à ce travail; 99 l'équivalent de 45.41 % d'entre eux sont des garçons et 119 l'équivalent de 54.59 % sont des filles. Notre population est âgés de 11 à 14 ans. Ils suivent tous un enseignement sportif de 2 heures par semaine dans le cadre de leurs études.

## **II-3- Description des Instruments**

### **II-3-1- Description du Test**

Afin d'arriver aux objectifs pour les quelles ce travail a été conduit, nous avons désigné un test comme instrument de recherche et qui est fait pour mesurer la vitesse des élèves ayant participé à cette recherche. Ce test est fait d'un seul exercice qui vise à courir dans un couloir droit sur une distance de 40m pour les filles et de 50m pour les garçons pour les élèves de 1<sup>ere</sup> année, et de 50 m pour les deux sexes pour les élèves de 2eme année, et de 50m pour les filles et 60m pour les garçons pour les élèves de 3eme et 4eme année. Les élèves doivent courir à leur vitesse maximale.

### II-3-2- Matériel Utilisé

Pour un déroulement optimal de ce test il est nécessaire d'offrir le matériel exigé par l'épreuve elle-même qui est:

✓ **La piste:**

Notre test exige une distance de cinq à cent mètre sur des couloirs bornés.

✓ **Sifflet ou claque:**

Cela afin de donner le signal (auditif) de départ.

✓ **Chronomètre:**

C'est pour mesurer le temps de vitesse sur la distance courue.

✓ **Bloc-notes:**

Qui nous permet de noter les données réalisées (les temps faits par les sujets ou les coureurs).

### II-4- Procédures de la Collecte des Données

Pour élaborer les buts de notre recherche, nous avons collecté les données nécessaires pour ce travail, et cela a eu lieu au sein du CEM 800/300 Smaoun de la Commune de SMAOUN. Afin d'évaluer la qualité physique (vitesse) chez les élèves âgés de 11 ans à 14 ans nous avons utilisé une course de différentes distances selon l'âge et le niveau, 40m pour les filles et 50m pour les garçons pour les élèves de 1<sup>ère</sup> année, et 50m pour les deux sexes pour les élèves de 2<sup>ème</sup> année, et 50m pour les filles et 60m pour les garçons pour les élèves de 3<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> année.

Cette étude a eu lieu en deux sessions, chaque session est composé d'un test qui est celui utilisé par les enseignants d'EPS dans le programme d'évaluer des élèves pendant la période ordinaire des compositions.

La première session est logée de 03/01/2016 au 07/01/2016, et la seconde le 03/04/2016 au 07/04/2016. Nous avons préféré de faire un premier test au début du cycle de la vitesse comme activité individuelle à enseigner dans le cadre du programme de l'EPS et un deuxième vers la fin du cycle pour faire une sorte de comparaison entre la performance des élèves lors de ces deux tests et vérifier s'il y aura un développement et une amélioration dans la performance durant cet intervalle de trois mois d'environ.



En tant que épreuve physique, le test doit être précédé par un bon échauffement (général et spécifique) et une préparation psychologique (motivation des élèves).

Avant que la course commence, le sujet se place debout en position de départ de course à pied; le siffleur se place sur la ligne de départ, mais sensiblement en arrière du coureur. Pour ne pas faire de départ anticipé, le coureur ne doit pas voir le starter – chronométrateur.

Le starter chronométrateur siffle pour donner le départ et enclenche son chronomètre exactement au moment où le coureur quitte sa zone. Après le signal le sujet parcourt la distance le plus rapidement possible jusqu'à la ligne d'arrivée qui est le signal d'arrêt du chronomètre.

## **II-5- Procédures d'Analyse des Données**

Les résultats obtenus dans ce travail de recherche seront présentés sous formes de chiffres et de pourcentages, moyennes, écart-types, et test-student, dans des tableaux et des histogrammes. Une analyse approfondie des résultats sera assurée et une comparaison critique sera utilisée pour interpréter les données.

### **a- La Moyenne arithmétique (X)**

Elle est l'indice le plus précis des mesures des résultats obtenus. La moyenne arithmétique X se calcule par la somme des résultats (temps réalisés) divisée par l'ensemble des sujets.

$$X = \frac{\sum T}{N}$$

### **b- Ecart-type et la variance(S)**

La moyenne arithmétique est un indicateur précis mais il ne suffit pas à caractériser la série de mesure, c'est pour cela qu'il faut faire recours à la variance et à l'écart-type.

**c- La Variance (S)**

La variance Est la moyenne du carré des écarts des valeurs individuelles à la moyenne arithmétique.

$$S = \frac{\sum_{c=1}^n (X_i - \bar{X}_1)^2 + \sum_{c=1}^n (X_i - \bar{X}_2)^2}{(N_1 + N_2) - 2}$$

**d- L'Ecart-type (L)**

C'est la racine carré de la variance:

$$L = \frac{\sqrt{\sum (X_i - \text{moyenne})^2}}{N - 1}$$

**e- Le Test de Student (T)**

On a estimé le calcul de la différence entre les moyennes par le critère de Student. Par rapport à notre cas de petit échantillon, inférieur à 30 nous suivons cette formule.

$$T = \frac{(\bar{X}_1 - \bar{X}_2)}{L \sqrt{(\frac{1}{N_1} + \frac{1}{N_2})}}$$

Afin de faciliter la tâche de calculer ces statistiques, on a opté pour l'utilisation d'un logiciel spécial, c est celui de « *Excel Stat* ».

Pour résumer, le présent travail a adopté une approche mixte entre qualitative et quantitative pour mesurer la qualité de la vitesse de nos élèves. Pour cela nous avons utilisé un test comme instrument de recherche, lequel nous avons travaillé sur les élèves du CEM 800/300 de Smaoun.

Après avoir résumé le design et la méthodologie adoptés dans cette investigation, il est temps maintenant de passer à la présentation des résultats, l'analyse, l'interprétation et la discussion des données qui seront le centre du prochain chapitre.

## **CHAPITRE III: RESULTATS, ANALYSE, DISCUSSION, ET RECOMMANDATIONS**

III-1- Présentation et Analyse des Résultats .....	35
III-1-1- Les Résultats du Premier Test .....	35
III-1-2- Les Résultats du 2 <sup>ème</sup> Test .....	41
III-1-3- Les Résultats Globaux des Deux Tests.....	47
III-2- Comparaison entre les Résultats des Deux Tests sur la Base d'un Traitement Statistique Envisagé .....	51
III-2-1- Comparaison des résultats des filles .....	51
III-2-2- Comparaison des résultats des garçons .....	55
III-3- Discussion .....	60
III-4- Recommandations .....	60

### CHAPITRE III: RESULTATS, ANALYSE, DISCUSSION, ET RECOMMANDATIONS

L'objectif de ce présent chapitre est de présenter les données collectées des tests que nous avons conduits au cours de cette recherche, de plus ce chapitre contiendra l'analyse, l'interprétation et la discussion des résultats obtenus. Enfin, nous terminerons ce chapitre avec quelques recommandations que nous voyons utiles et importantes.

#### III-1- Présentation et Analyse des Résultats

Dans cette première section, nous allons présenter les résultats révélés lors des tests conduits pendant cette recherche, sous forme de tableaux, et les mieux exposer par des histogrammes, afin de les analyser et les interpréter.

Les résultats des deux tests seront présentés séparés pour permettre une comparaison dans le temps; encore plus, les résultats de chaque niveau seront présentés séparés et aussi en distinguera entre les filles et les garçons, car ces derniers sont plus forts physiquement.

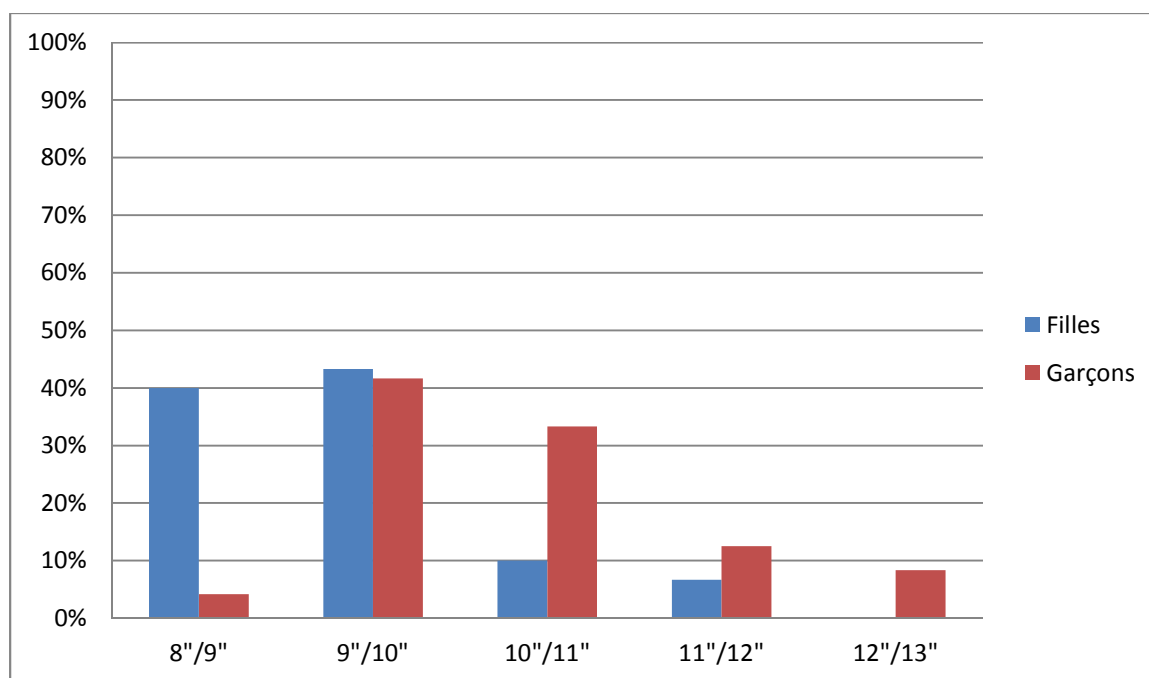
#### III-1-1- Les Résultats du Premier Test

##### Niveau 1<sup>ère</sup> année

Le premier test a eu lieu le 03/01/2016 et ses résultats sont présentés dans le tableau et l'histogramme suivants.

Temps (s)	Garçons		Filles	
	Nombre d'élèves	Pourcentage(%)	Nombre d'élèves	Pourcentage(%)
8/9	1	4.16 %	12	40%
9/10	10	41.66 %	13	43.33%
10/11	8	33.33 %	3	10%
11/12	3	12.50 %	2	6.66%
12/13	2	8.33 %	0	00%
Totale	24	100 %	30	100 %

**Tableau n° 01 : résultats du premier test pour les élèves de 1<sup>ère</sup> année (garçons, filles)**



**Figure n° 01 : Histogramme des résultats du premier test pour le niveau 1<sup>ère</sup> année**

A partir de l'histogramme n° 01, on observe chez les garçons du niveau 1<sup>ier</sup> année que (4.16%) ont couru une distance de 50 mètres dans un temps qui varie de (8'' à 9''); (41.66%) ont fait la même distance dans un temps qui varie de (9'' à 10''); et (33,33%) ont mis entre (10'' et 11''); alors que (12.50%) ont fait cette distance entre (11'' et 12''). Enfin (8.33%) des garçons ont couru 50 m dans un temps qui varie entre les (12'' et 13''). C'est-à-dire que (54%) des garçons ont fait une distance de 50m dans un temps qui dépasse les 10 secondes.

Chez les filles du niveau 1<sup>ier</sup> année, on observe que (40%) ont couru une distance de 40 mètres dans un temps qui varie entre (8a9); alors que (43.33%) qui est la grande partie ont couru cette distance dans un temps qui varie entre (9'' et 10''); (10%) ont mis de (10'' jusqu'à 11'') pour la même distance; et (6.66%) ont couru cette distance de (11'' à 12''). Enfin aucune performance n'a été enregistrée au-dessus des 13 seconds. On observe que (83%) des filles de ce niveau là ont couru la distance de 40m entre les 8 et les 10 secondes.

**Niveau : 2<sup>ème</sup> année**

Le premier test a eu lieu le 04/01/2016 et ses résultats sont présentés dans le tableau et l'histogramme suivants.

Temps (s)	Garçons		Filles	
	Nombre d'élèves	Pourcentage(%)	Nombre d'élèves	Pourcentage(%)
8/9	3	6.97%	0	00%
9/10	22	51.16%	7	25.92%
10/11	17	39.53%	15	55.55%
11/12	0	00%	3	11.11%
12/13	1	2.32%	2	7.40%
Totale	43	100 %	27	100 %

Tableau n° 02 : résultats du premier test pour les élèves de 2<sup>ème</sup> année (garçons, filles)

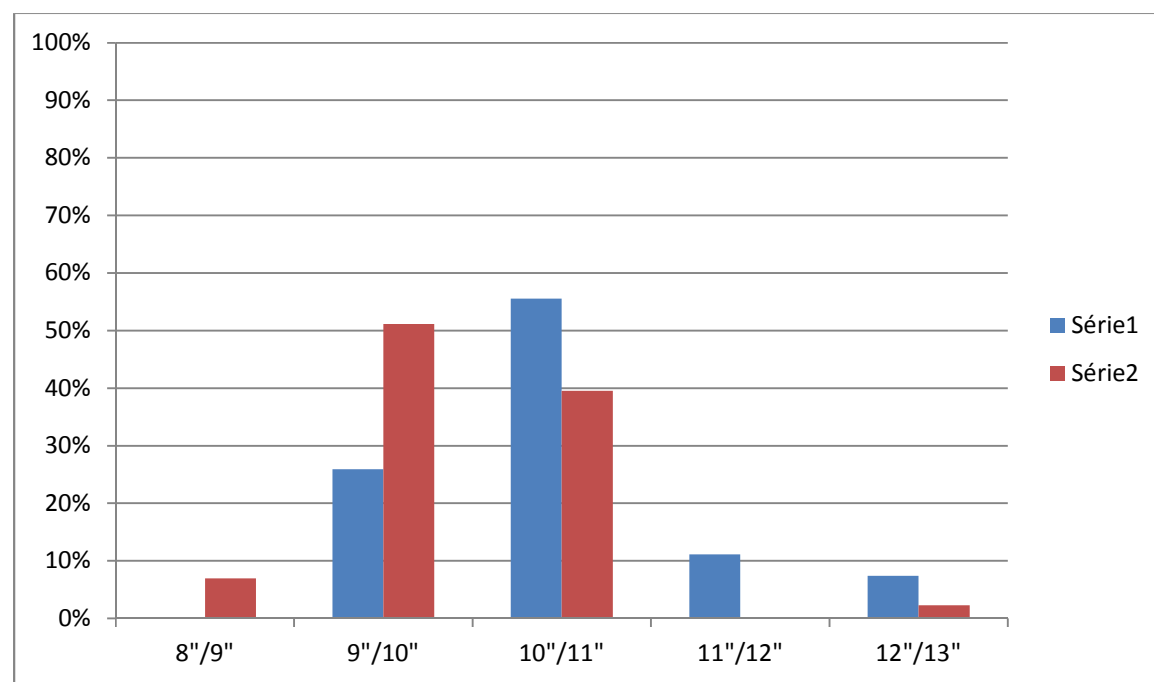


Figure n° 02 : Histogramme des résultats du premier test pour le niveau 2<sup>ème</sup> année

Dans cet histogramme qui représente les résultats de 1<sup>er</sup> test pour la classe de 2<sup>ème</sup> année, on observe que (6.97%) des garçons ont réussi à terminer leur course de 50m dans

moins de 9 seconds; la majorité des garçons (51.16%) ont couru cette distance entre (9'' et 10''); (39.53%) ont mis de (10'' à 11'') pour terminer cette course; et un garçon uniquement qui représente (2.32%) a terminé sa course dans temps qui dépasse les (11''). Donc plus de 57% des garçons ont couru la distance de 50 m dans un temps qui ne dépasse pas les (10'') seconds.

Chez les filles aucune n'a réussi à courir une distance de 50 mètres au-dessous des (9'') ; (25.92%) ont couru cette distance entre (9 ''et 10''); et la majorité des filles (55.55%) ont couru entre (10'' et 11''); (11.11%) ont mis entre (11'' et 12''); et (7.40%) de ces filles ont effectué leur course entre (12'' et 13''). Enfin on observe que plus de (70%) des filles ont mis plus de (10'') pour courir cette distance de 50m ce qui est insuffisant.

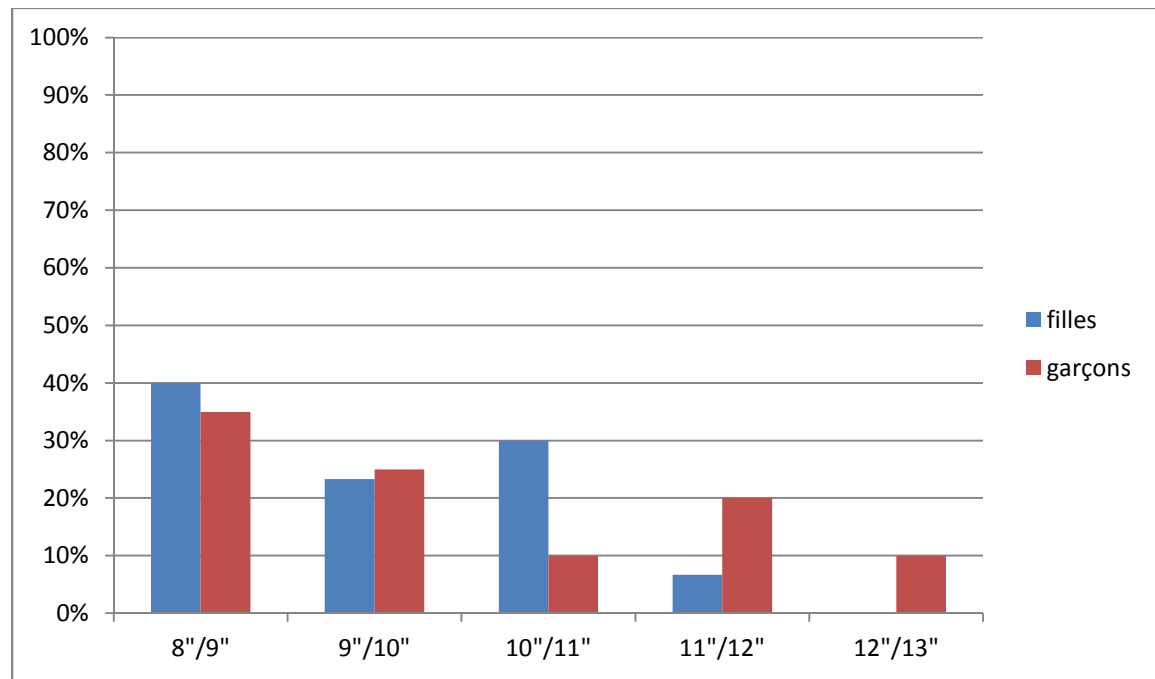
**Niveau: 3<sup>ème</sup> année**

Le premier test a eu lieu le 06/01/2016 et ses résultats sont présentés dans le tableau et l'histogramme suivants:

Temps (s)	Garçons		Filles	
	Nombre d'élèves	Pourcentage(%)	Nombre d'élèves	Pourcentage(%)
8/9	7	35%	12	40 %
9/10	5	25%	7	23.33%
10/11	2	10%	9	30%
11/12	4	20%	2	6.66%
12/13	2	10%	0	00%
Totale	20	100 %	30	100 %

**Tableau n° 03 : résultats du premier test pour les élèves de 3<sup>ème</sup> année (garçons, filles)**





**Figure n° 03 : Histogramme des résultats du premier test pour le niveau 3<sup>ème</sup> année**

Cet histogramme n° 03 nous montre que chez les garçons (35%) ont couru une distance de 60 mètres dans un temps qui varie entre (8'' et 9''); alors que (25%) ont couru cette distance entre (9'' et 10''); deux garçon seulement(10%) ont effectué leur course dans un temps qui varie entre (10'' et 11'') et (20%) ont mis entre (11'' et 12''); enfin (10%) ont terminé leur course entre (12'' et 13'').

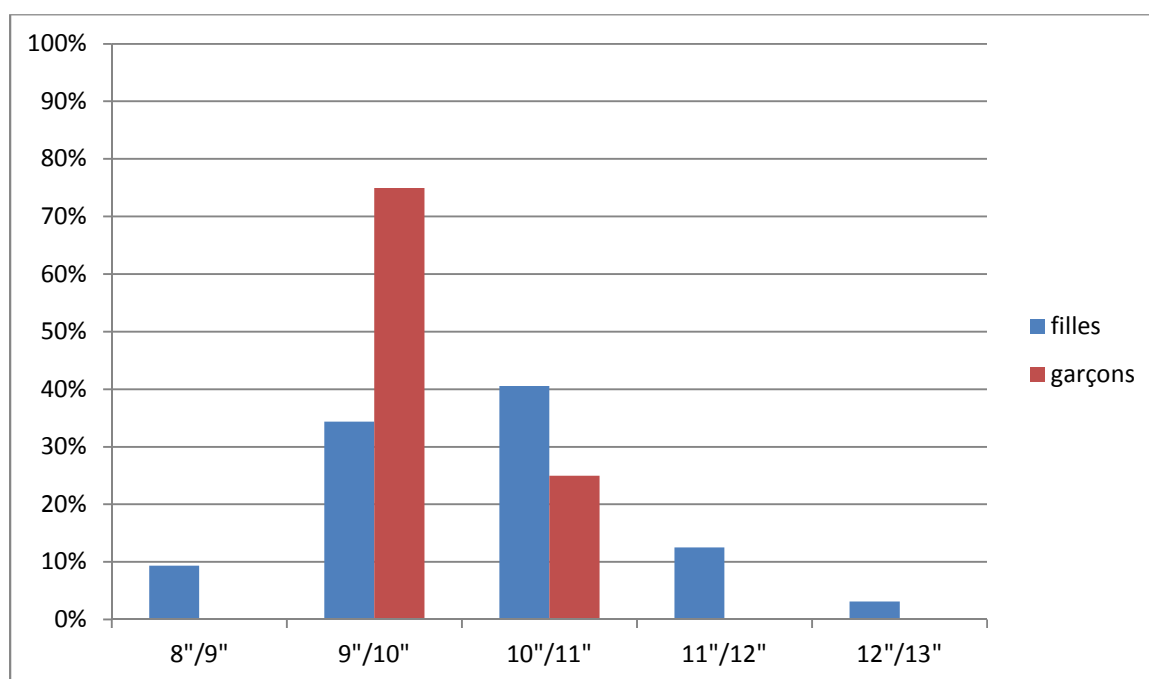
Chez les filles, (40%) ont réussie a terminé leur course dans un temps qui varie entre (8'' et 9'') dans une distance de 60m; et (23%) des filles , ont mis de (9'' à 10'') sur la même distance; alors que (30%) de ces filles ont terminé leur cours entre (10'' et 11''); entre (11'' et 12'') deux filles qui représente (6.66%) ont mis ce temps pour courir ces 60m; enfin aucune fille n'a dépassé les (12'') dans cette distance de 60m. ici on remarque que la plus part des filles de ce niveau, (63.33%) ont mis moins de (10'') pour courir cette distance de 60 mètres.

**Niveau: 4<sup>ème</sup> année**

Le premier test a eu lieu le 07/01/2016 et ses résultats sont présentés dans le tableau et l'histogramme suivants:

Temps (s)	Garçons		Filles	
	Nombre d'élèves	Pourcentage(%)	Nombre d'élèves	Pourcentage(%)
8/9	0	00%	3	9.37%
9/10	9	75%	11	34.37%
10/11	3	25%	13	40.62%
11/12	0	00%	4	12.50%
12/13	0	00%	1	3.12%
Totale	12	100 %	32	100 %

**Tableau n° 04 : résultats du premier test pour les élèves de 4<sup>ème</sup> année (garçons, filles)**



**Figure n° 04 : Histogramme des résultats du premier test pour le niveau 4<sup>ème</sup> année**

A partir de ce quatrième histogramme qui représente les résultats du 1<sup>ier</sup> test pour la classe de 4eme année on observe que aucun garçons na pue courir une distance de 60 mètres dans un temps qui varie entre (8" et 9"); la majorité des garçons de ce niveau (70%) ont mis entre (9" et 10"); (25%) ont effectué leur course entre (10" et 11"); enfin aucun des garçons na dépassé les (11") pour terminé cette distance de 60 mètres.

Chez les filles, (9.37%) ont réussi à terminer leur course de 60m dans moins de (9"); par contre, (34.37%) ont faite leur course entre (9" et 10"); et la plus part de ces filles (40.62%) ont couru la même distance dans un temps qui varie entre (10" et 11"), (12.50%) ont mis de (11" à 12"). Enfin, une fille seulement représente (3.12%) a terminé sa course dans un temps qui dépasse les (12"). De cet histogramme, on constate que plus de 55% de ces filles ont fait un temps qui dépasse les 10 secondes, et ça indique que leur vitesse est très faible.

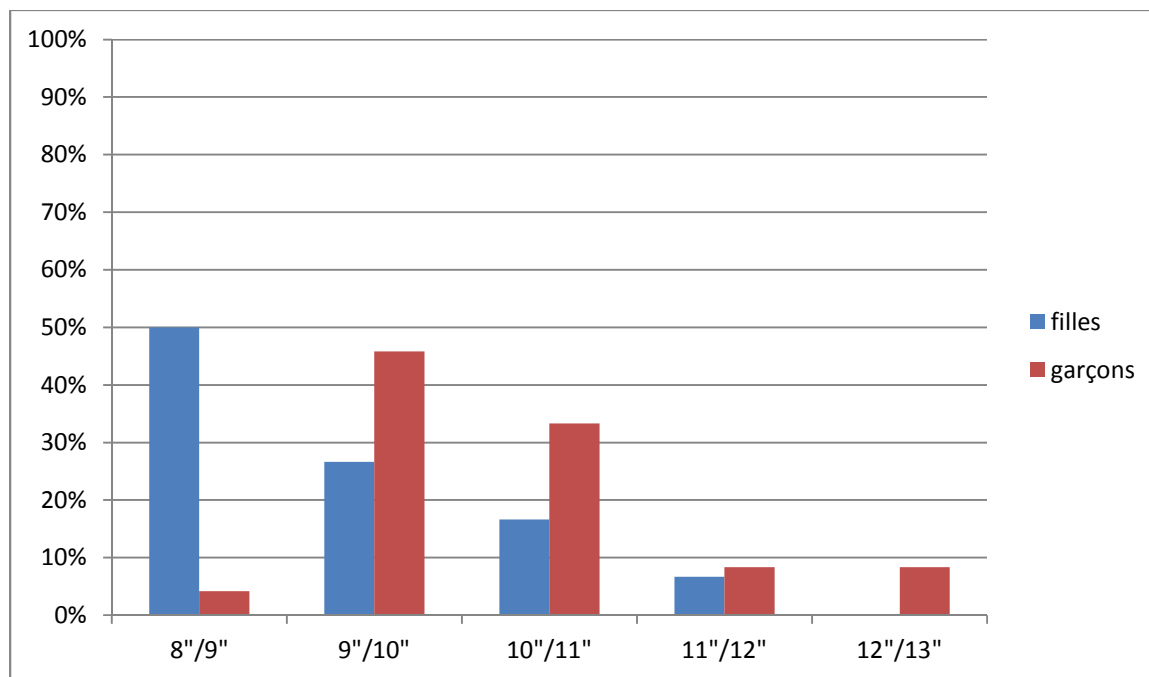
### III-1-2- Les résultats du 2<sup>eme</sup> test

#### Niveau : 1<sup>ier</sup> année

Le deuxième test a eu lieu le 13/03/2016 et ses résultats sont présentés dans le tableau et l'histogramme suivants:

Temps (s)	Garçons		Filles	
	Nombre d'élèves	Pourcentage(%)	Nombre d'élèves	Pourcentage(%)
8/9	1	4.16%	15	50%
9/10	11	45.83%	8	26.66%
10/11	8	33.33%	5	16.66%
11/12	2	8.33%	2	6.66%
12/13	2	8.33%	0	00%
Totale	24	100 %	30	100 %

**Tableau n° 05 : résultats du deuxième test pour les élèves de 1<sup>ere</sup> année (garçons, filles)**



**Figure n° 05 : Histogramme des résultats du deuxième test pour le niveau 1<sup>ère</sup> année**

Dans cet histogramme qui représente les résultats du 2<sup>ème</sup> test pour la classe de 1<sup>ier</sup> année, on observe, chez les garçons, que (4.16%) ont réussi à terminer leur course de 50m dans un temps inférieur à (9''); par contre, la majorité qui représente (45.83%) ont mis de (9'' à 10'') du point de départ jusqu'au point d'arrivée; puis (33.33%) ont inscrit un temps qui varie de (10'' à 11''), et seulement deux garçons, qui représentent (8.33%), ont mis entre (11'' et 12''). Enfin, le même pourcentage c'est-à-dire (8.33%) ont inscrit un temps au-dessus des (12''). En tout, on remarque que 50% des garçons du niveau 1<sup>ier</sup> année âgée de 12 ans ont réussi leur course de 50m dans un temps qui ne dépasse pas les 10 seconds, et l'autre moitié (50%) a mis plus de 10 secondes pour arrivé a la fin des 50 mètres. Donc on remarque une ligaire évolution en comparaison avec le premier test mais ca reste toujours moins par apport aux objectifs de la l'intégration de cette discipline dans l'école.

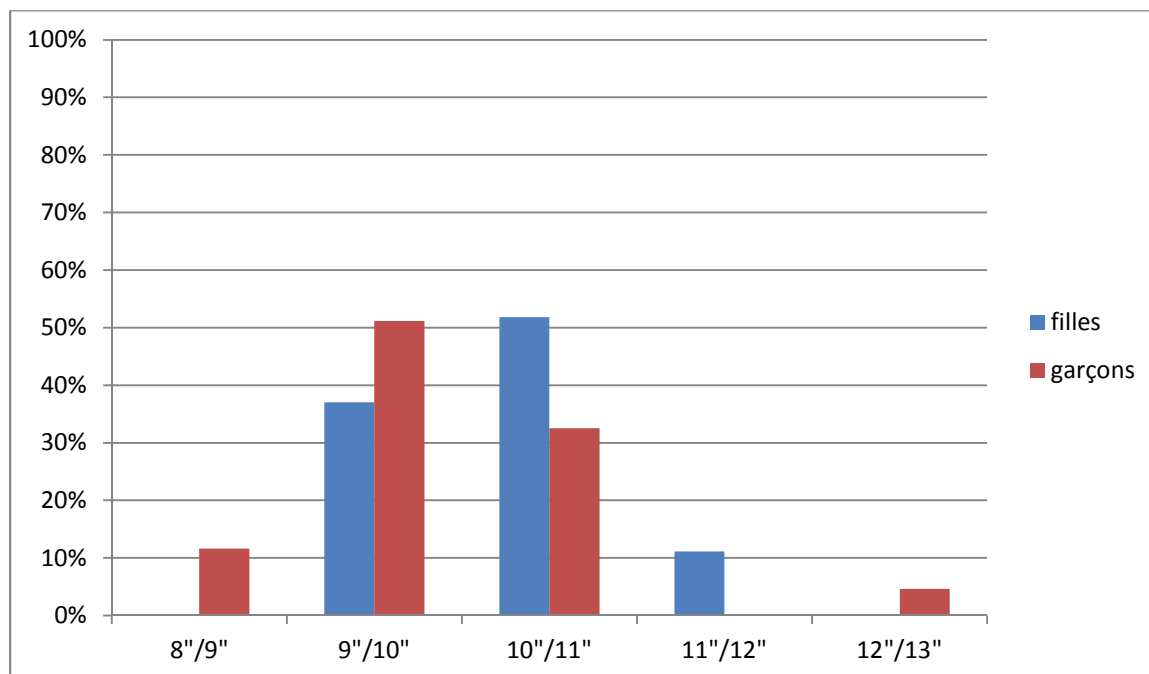
Chez les filles, la majorité, (50%), ont réussi à faire un temps entre (8'' et 9'') sur une distance de 40m; suivis par (26.66%), qui ont couru entre (9'' et 10'') sur la même distance; (16.66%) des filles ont mis de (10'' à 11'') pour terminer leur course, et deux filles seulement, ce qui représente (6.66%) ont inscrit un temps entre (11'' et 12''). Enfin, aucune des filles n'a dépassé les (12''). Donc 76% des filles ont fait leur course dans un temps qui ne dépasse pas les 10 seconds, ce qui est une diminution remarquable contre les 83.33% du premier test.

**Niveau : 2<sup>ème</sup> année**

Le deuxième test a eu lieu le 14/03/2016 et ses résultats sont présentés dans le tableau et l'histogramme suivants:

Temps (s)	Garçons		Filles	
	Nombre d'élèves	Pourcentage(%)	Nombre d'élèves	Pourcentage(%)
8/9	5	11.62%	0	00%
9/10	22	51.16%	10	37.03%
10/11	14	32.55%	14	51.85%
11/12	0	00%	3	11.11%
12/13	2	4.65%	0	00%
Totale	43	100 %	27	100 %

**Tableau n° 06 : résultats du deuxième test pour les élèves de 2<sup>ème</sup> année (garçons, filles)**



**Figure n° 06 : Histogramme des résultats du deuxième test pour le niveau 2<sup>ème</sup> année**

Dans cet histogramme, qui représente les résultats du deuxième test pour le niveau 2<sup>eme</sup> année, on observe chez les garçons que Cinque d'entre eux, (11.62%), ont réussi à courir une distance de 50 mètres dans un temps qui varie entre (8" et 9"); pour la même distance, la majorité des garçons de ce niveau (51.16%) ont couru cette course entre (9" et 10"); (32,55%) pour la durée de (10" jusqu'à 11"); et aucun des garçons n'a enregistré un temps qui se varie entre (11" et 12"). Enfin, (4.76%) des garçons ont dépassé les (12") pour terminer leur course.

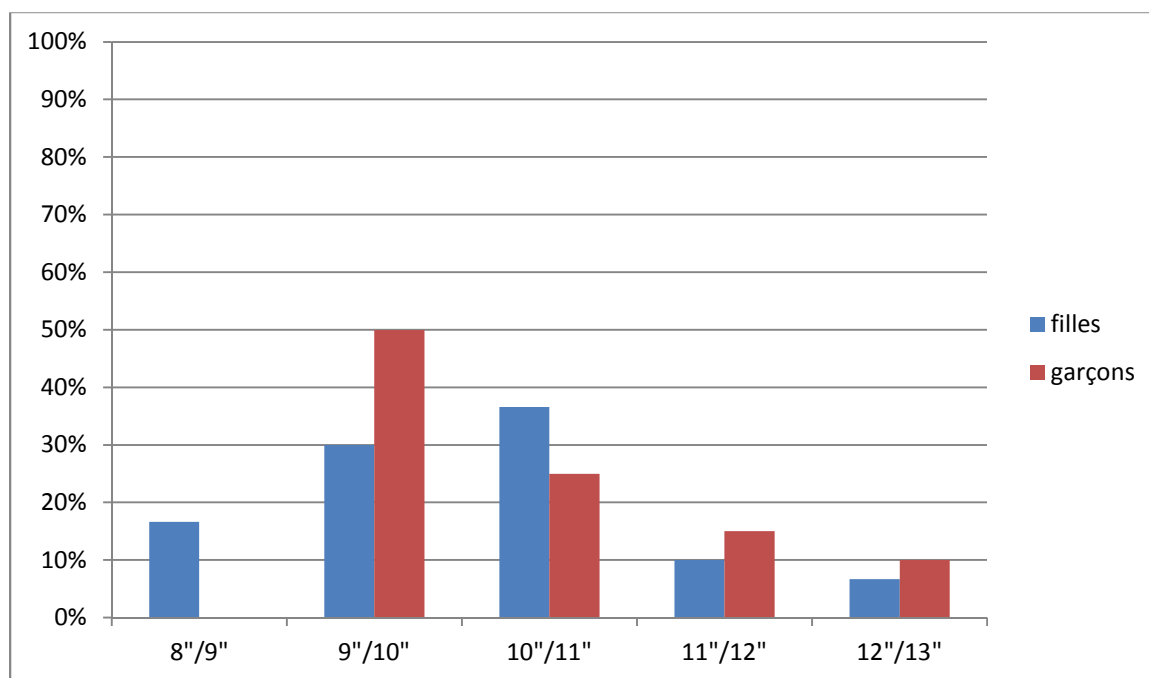
Chez les filles, aucune n'a réussi à terminer sa course de 50 mètres dans un temps qui ne dépasse pas les 9 secondes ;par contre (37.03%) ont mis entre (9" et 10"); la plupart d'entre elles, (51.85%), ont couru la même distance dans un temps qui varie entre (10" et 11"); pour la même distance toujours (11.11%) ont inscrit leur temps entre (11" et 12"); et enfin aucune performance n'a été enregistrée au-dessus des 12 secondes. Donc on remarque dans cet histogramme que plus de 60% des filles de ce niveau ont inscrit un temps qui dépasse les 10 secondes ce qui est beaucoup trop pour des filles de ce niveau pour une telle distance.

### **Niveau : 3<sup>eme</sup> année**

Le deuxième test a eu lieu le 16/03/2016 et ses résultats sont présentés dans le tableau et l'histogramme suivants:

Temps (s)	Garçons		Filles	
	Nombre d'élèves	Pourcentage(%)	Nombre d'élèves	Pourcentage(%)
8/9	0	00%	5	16.66%
9/10	10	50%	9	30%
10/11	5	25%	11	36.66%
11/12	3	15%	3	10%
12/13	2	10%	2	6.66%
Totale	20	100 %	30	100 %

**Tableau n° 07 : résultats du deuxième test pour les élèves de 3<sup>eme</sup> année (garçons, filles)**



**Figure n° 07 : Histogramme des résultats du deuxième test pour le niveau 3<sup>ème</sup> année**

Dans cet histogramme qui représente les résultats du deuxième test pour le niveau 3<sup>ème</sup> année, on observe chez les garçons que aucun d'eux n'a réussi à courir une distance de 60 mètres dans un temps qui ne dépasse pas les 9 secondes ; par contre la majorité (50%) ont couru la même distance dans un temps qui varie entre les (9'' et 10'') ; (25%), des garçons ont couru 60m dans un intervalle de temps qui se situe entre (10'' et 11''); trois de ces garçons, (15%), ont mis entre (11'' et 12'') pour la même distance; enfin et deux seulement (10%) ont effectué leur course de (12'' à 13'').

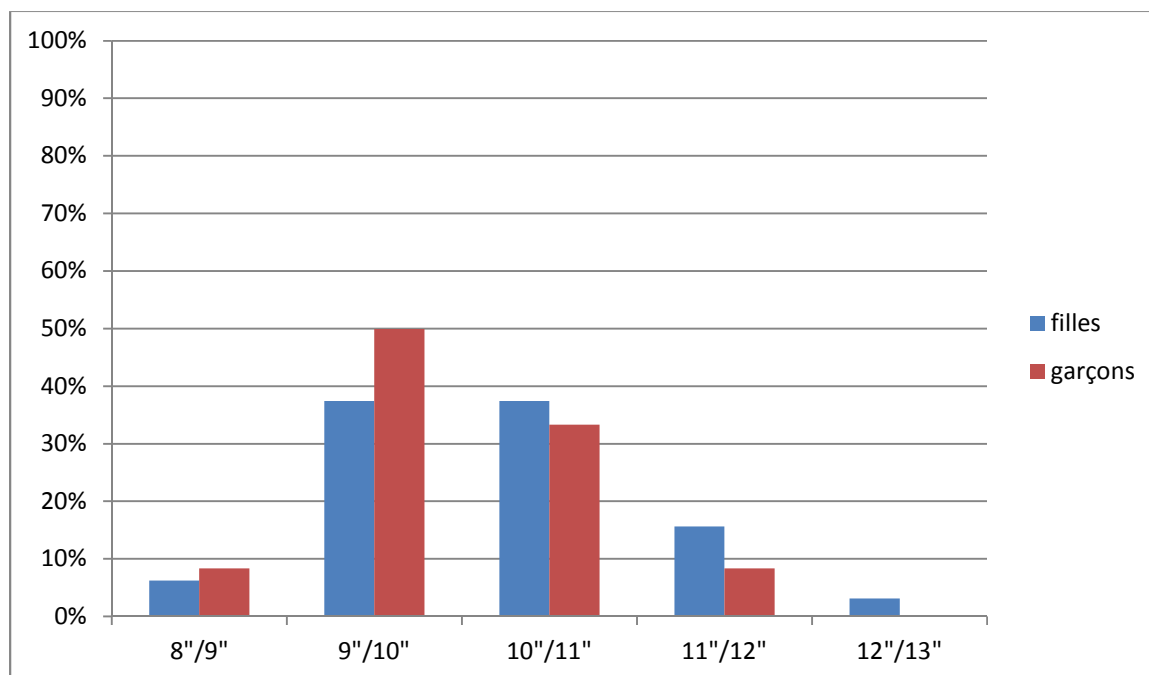
Chez les filles, on observe que (16.66%) ont réussi à terminer leur course de 60m dans un temps qui varie entre (8'' et 9''); (30%) ont couru la même distance entre (9'' et 10''). La plupart de ces filles, ce qui représente (36.66%) ont mis de (10'' jusqu'à 11''); (10%) ont inscrit un temps entre (11'' et 12''); enfin (6.66%) des filles ont dépassé les (12'') pour cette distance de 60m. En tout, la grande partie des filles, 52%, ont fait un temps qui dépasse les 10 seconds pour une distance de 60m lors de ce deuxième test; alors que, pendant le premier test nous avons 36% des filles qui ont fait le même temps pour la même distance. Ça révèle qu'il y a un recul dans la vitesse de ces filles.

**Niveau : 4<sup>ème</sup> année**

Le deuxième test a eu lieu le 17/03/2016 et ses résultats sont présentés dans le tableau et l'histogramme suivants:

Temps (s)	Garçons		Filles	
	Nombre d'élèves	Pourcentage(%)	Nombre d'élèves	Pourcentage(%)
8/9	1	8.33%	2	6.25%
9/10	6	50%	12	37.50%
10/11	4	33.33%	12	37.50%
11/12	1	8.33%	5	15.62%
12/13	0	00%	1	3.12%
Totale	12	100 %	32	100 %

**Tableau n° 08 : résultats du deuxième test pour les élèves de 4<sup>ème</sup> année (garçons, filles)**



**Figure n° 08 : Histogramme des résultats du deuxième test pour le niveau 4<sup>ème</sup> année**



Dans cet histogramme n°08, on observe chez les garçons que rien qu'un seul garçon qui a réussi à courir une distance de 60 mètres dans un temps de (8" à 9"); la plupart des garçons qui représentent (50%) ont terminé leur course dans un temps qui varie entre les (9" à 10") alors que (15,38%) des garçons ont terminé cette distance dans un temps qui varie entre (10" et 11"); un seul garçon représente (8.33%) a inscrit un temps entre les (11" et 12"); Enfin, aucune performance n'a été enregistrer au-dessus des 12 secondes.

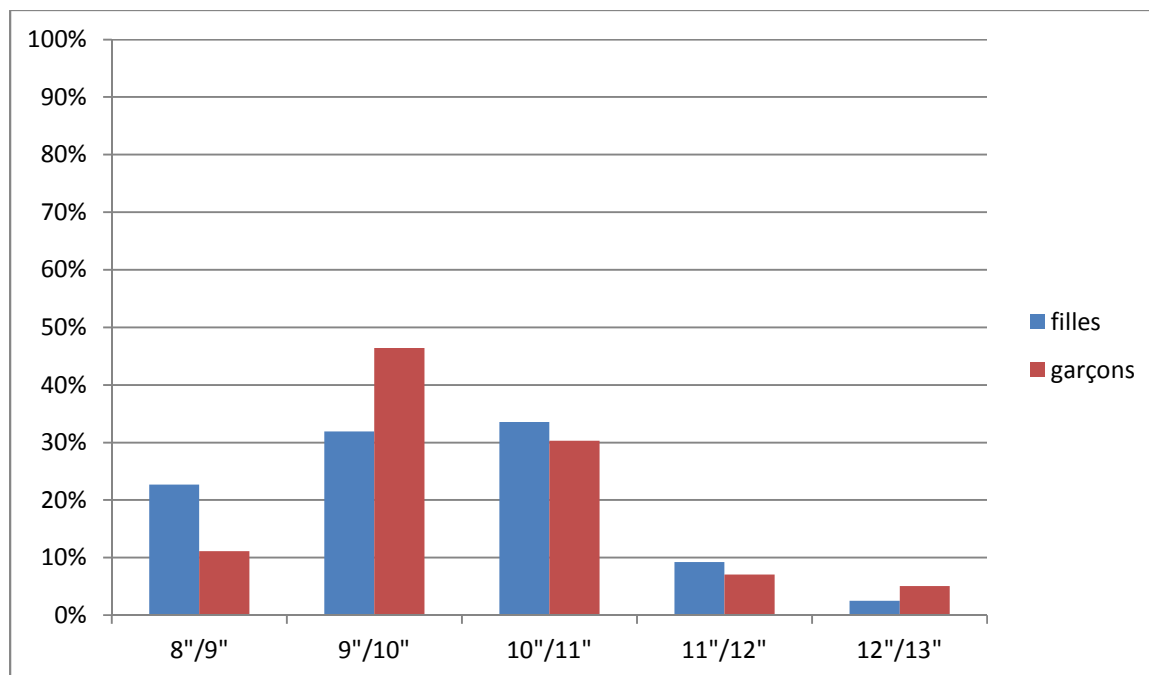
Chez les filles, (6.25%) ont couru une distance de 60m dans un temps qui varie entre (8" et 9"); alors que (37.50%) ont couru la même distance entre (9" et 10"); le même pourcentage (37.50%) ont couru entre (10 et 11), et (15.62%) des filles ont mis (11" à 12") pour terminer leur course; enfin une seul fille représente (3.12%) a couru cette distance entre (12" et 13").

### III-1-3- Les Résultats Globaux des Deux Tests

#### Les résultats globaux du premier test

Temps (s)	Garçons		Filles	
	Nombre d'élèves	Pourcentage(%)	Nombre d'élèves	Pourcentage(%)
8/9	11	11.11 %	27	22.68 %
9/10	46	46.46 %	38	31.93 %
10/11	30	30.30 %	40	33.61 %
11/12	7	7.07 %	11	9.24 %
12/13	5	5.05 %	3	2.52 %
Totale	99	100 %	119	100 %

Tableau n° 09: Les résultats du premier test pour tous les niveaux



**Figure n° 09: Histogramme des résultats du premier test pour tous les niveaux**

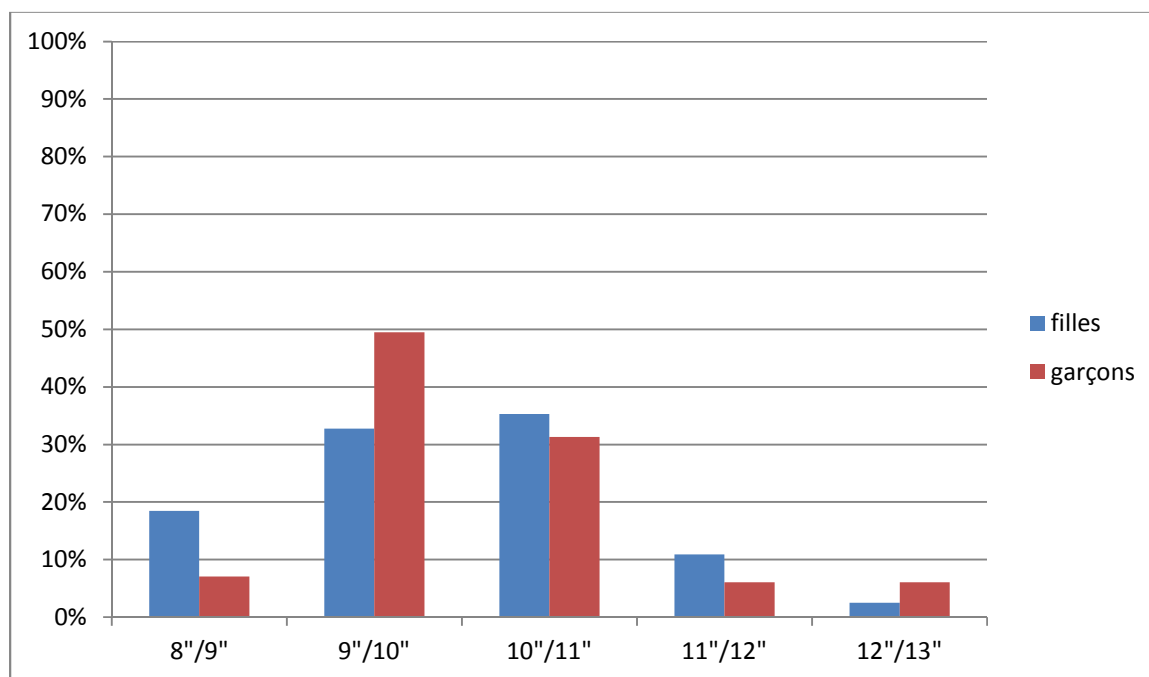
Dans cet histogramme qui représente les résultats globaux du 1<sup>ier</sup> test pour tous les niveaux, on observe, chez les garçons, que (11.11%) ont réussi à terminer leur course dans un temps inférieur à (9''); par contre, la majorité des garçons qui représente (46.46%) ont mis de (9'' à 10'') du point de départ jusqu'au point d'arrivée; (30.30%) ont inscrit un temps qui varie de (10'' à 11''), et seulement (7.07%), ont mis entre (11'' et 12''). Enfin, 5 garçons seulement qui représentent (5.05%) ont inscrit un temps supérieur à (12''). En tout, on remarque que 57% des garçons ont réussi leur course dans un temps qui varie entre 8 et 10 seconds.

Chez les filles, (22.68%) ont réussi à faire un temps entre (8'' et 9''); et puis (31.93%), ont couru entre (9'' et 10'') et la majorité des filles qui représentent (33.61%) des filles ont mis de (10'' à 11'') pour terminer leur course, suivi par (9.24%) qui ont inscrit un temps entre (11'' et 12''). Enfin, 3 filles seulement qui représentent (2.52%) ont terminé leur course dans un temps qui dépasse les (12''). Donc en remarque ici que 44% des filles ont fait leur course dans un temps qui ne dépasse pas les 10 seconds, ce qui est un chiffre un peut trop.

**Résultats globaux du deuxième test**

Temps (s)	Garçons		Filles	
	Nombre d'élèves	Pourcentage(%)	Nombre d'élèves	Pourcentage(%)
8/9	7	7.07 %	22	18.48 %
9/10	49	49.49 %	39	32.77 %
10/11	31	31.31 %	42	35.29 %
11/12	6	6.06 %	13	10.92 %
12/13	6	6.06 %	3	2.52 %
Totale	99	100 %	119	100 %

**Tableau n° 10: Résultats globaux du deuxième test pour les tous les niveaux.**



**Figure n° 10: histogramme des résultats globaux du deuxième test pour les tous les niveaux.**

Dans ce dixième histogramme qui représente les résultats du 2eme test pour tous les niveaux, on observe chez les garçons que (7.07%) ont couru leur course dans un temps inférieur à 9 secondes ; et la majorité des garçons qui représentent (49.49%) ont inscrit un temps qui varie entre (9 et 10 ) ; (31.31%) ont mis de (10 à 11) ; et (6.06%) ont couru entre (11 et 12) ; enfin, 6 garçons qui représente (6.06%) ont mis plus de 12 secondes pour terminé

leur course. On tout on observe que 56% des garçons ont inscrit un temps inférieur à 10 secondes. Donc ce qui est remarquable c'est que y a pas une grande différence entre ce résultat et celui du premier test, dans ce deuxième test y a un recule de 1% on comparaison avec le premier ce qui nous traduit une du programme mis on place par l'enseignant durant la période de ce cycle de vitesse.

Chez les, (18.48%) ont effectué leur course dans un temps inférieur à (9"); une grande partie qui représente (32.67%) ont mis de (9 à 10) pour franchir la ligne d'arrivée ; la majorité des filles (35.29%) ont fini leur course dans un temps qui varie entre (10" et 11"); (10.92%) ont inscrit leur temps entre (11" et 12"). Enfin la minorité qui représente (2.52%) a mis un temps qui dépasse les 12 secondes pour terminer leur course. Alors on remarque que (48.73%) des filles ont mis plus de 10 secondes pour terminer leur course ce qui est un peu plus en comparaison avec le premier test ou 45.37% des filles ont enregistré leur temps au-dessous des 10 secondes. Donc c'est un recule remarquable.

### III-2- Comparaison entre les Résultats des Deux Tests sur la Base d'un Traitement Statistique Envisagé

Pour une analyse plus approfondie et plus précise de nos résultats, nous avons opté aussi pour l'utilisation des moyennes, des écart-types, des variances, et des test-Student.

L'analyse statistique des résultats des deux sessions d'épreuve, dans les quelles on a testé l'échantillon consacré à notre étude, est la fondation principale de cette partie. Cette analyse se réfère aux calculs de la moyenne arithmétique, l'écart-type et le test Student pour déduire la différence entre les moyennes.

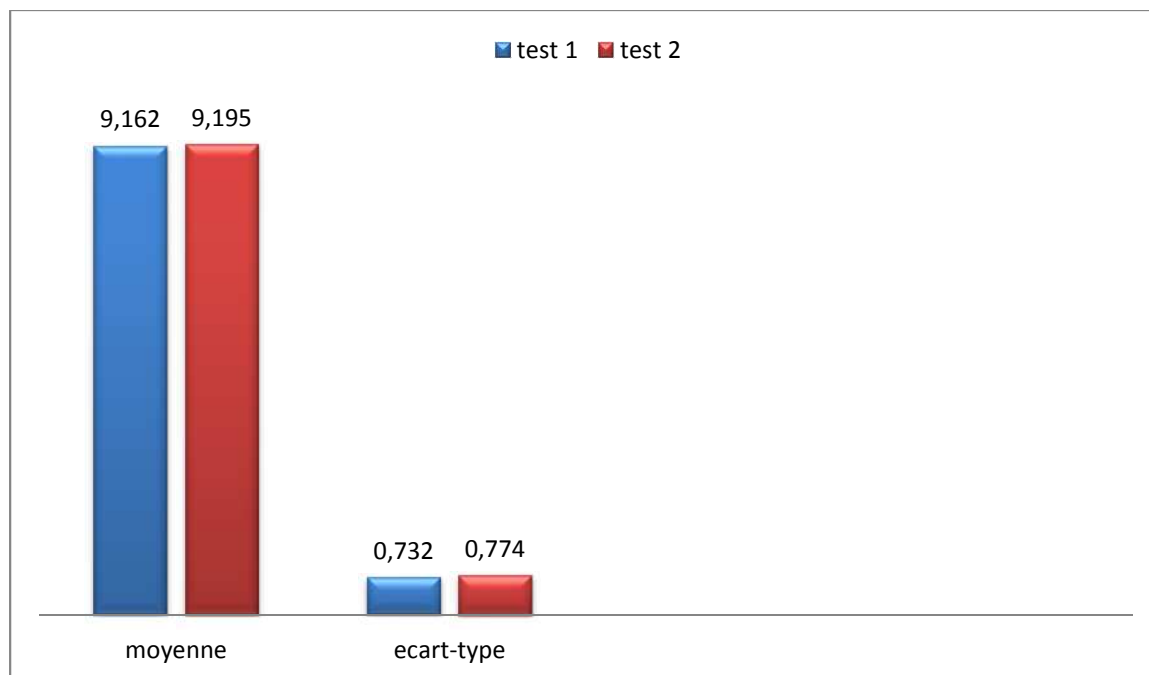
#### III-2-1- Comparaison des résultats des filles

##### Comparaison des résultats des filles de 1<sup>ère</sup> année dans les deux tests

	Moyenne	Ecart-type	Variance	t cal	t tab	Seuil	Signification
1 <sup>ère</sup> Session	9.162	0.732	1.464	0.205	2.00	0,05	V n s
2 <sup>ème</sup> Session	9.195	0.774	1.548				

**Tableau n° 11: comparaison des performances de sexe féminin (Niveau 1<sup>ère</sup> année)**

Ce tableau représente les moyennes, les écart-types, les variances, le T, tab et le T, cal des résultats obtenus par la comparaison des performances enregistrées par les filles du niveau 1<sup>ère</sup> année pendant les deux reprises d'épreuve de la course de vitesse. On observe qu'il n'y a pas de différence significative entre la première session et la deuxième en faveur de la seconde session; en effet, le t calcule est inférieur à (0,205) par rapport au t tabulé qui est (2,00).



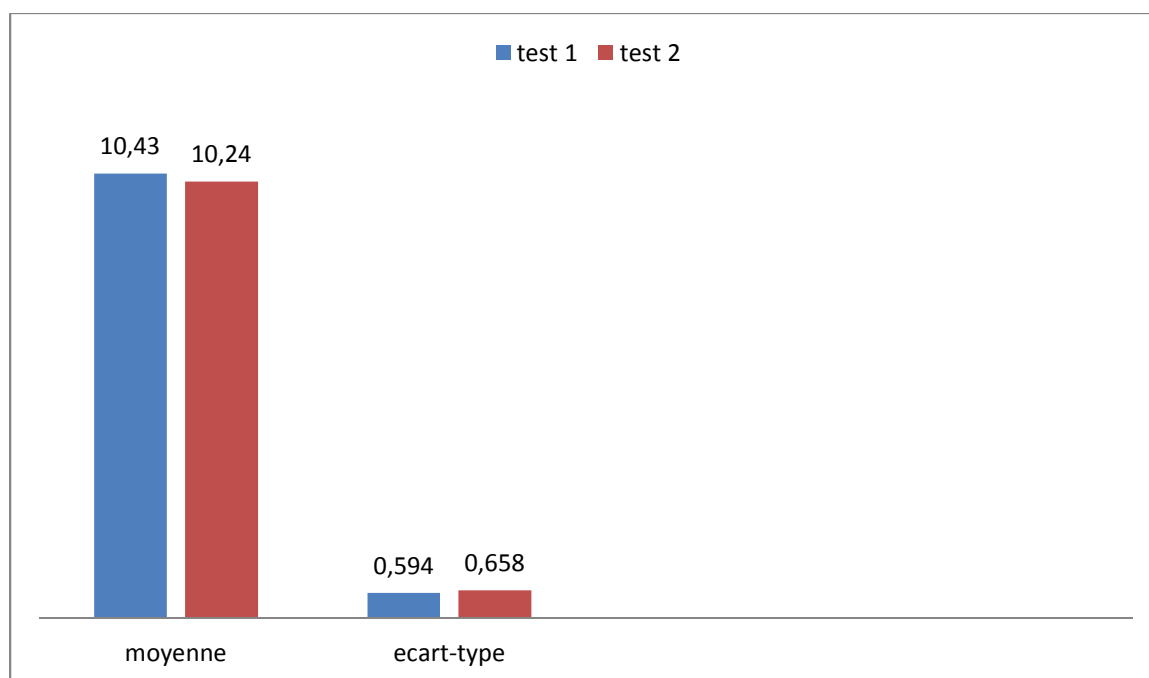
**Figure n° 11: Histogramme de comparaison des performances de sexe féminin (Niveau 1<sup>ère</sup> année) sous formes de moyennes et d'écart-types**

Pour mieux représenter l'insignifiance de la différence entre les résultats des deux tests, on a opté pour l'utilisation des graphiques. Comme le montre clairement l'histogramme ci-dessus, il n'y a presque aucune différence entre la performance des sujets lors des deux tests.

**Comparaison des résultats des filles de 2<sup>ème</sup> année dans les deux tests**

	Moyenne	Ecart-type	Variance	t cal Student	t tab	Seuil	signification
1 <sup>ère</sup> Session	10.43	0.594	1.188	1.019	2.010	0,05	V n s
2 <sup>ème</sup> Session	10.24	0.658	1.316				

**Tableau n° 12: La comparaison des performances de sexe féminin (Niveau 2<sup>ème</sup> Année)**



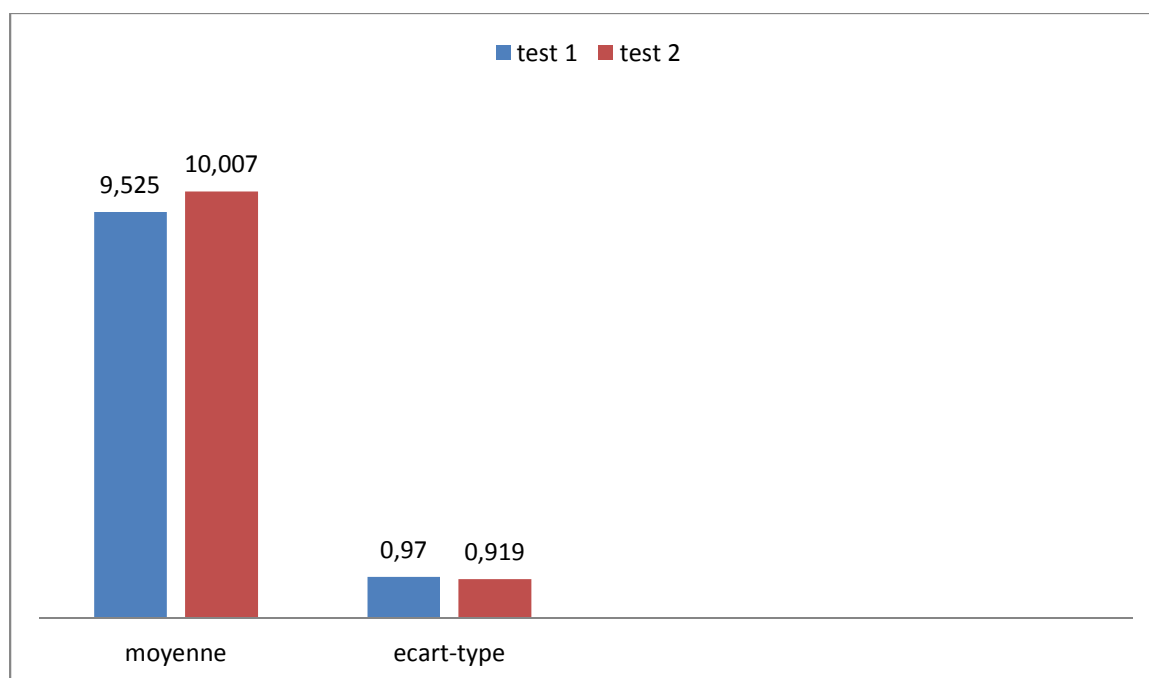
**Figure n° 12: Histogramme de comparaison des performances de sexe féminin (Niveau 2<sup>ème</sup> année) sous formes de moyennes et d'écart-types**

A travers le tableau et l'histogramme ci-dessus qui exprime les moyennes, les variances, les écart-types, le t, tabulé et le t, calculé enregistrés lors des deux rends d'épreuves de sprint chez les filles du niveau 2<sup>ème</sup> Année, on remarque que les performances ne sont plus significatives; ce qui est bien confirmé par le t, cal qui égale à 1.019 qui est inférieur par rapport au t, tab qui égale à 2,010.

**Comparaison des résultats des filles de 3<sup>ème</sup> année lors des deux tests**

	Moyenne	Ecart-type	Variance	T cal	t tab	Seuil	signification
1 <sup>ère</sup> Session	9.525	0.970	1.94	1.97	2.001	0,05	V n s
2 <sup>ème</sup> Session	10.007	0.919	1.838				

**Tableau n° 13: La comparaison des performances de sexe féminin (Niveau 3<sup>ème</sup> Année)**



**Figure n° 13: Histogramme de comparaison des performances de sexe féminin (Niveau 3<sup>ème</sup> année) sous formes de moyennes et d'écart-types**

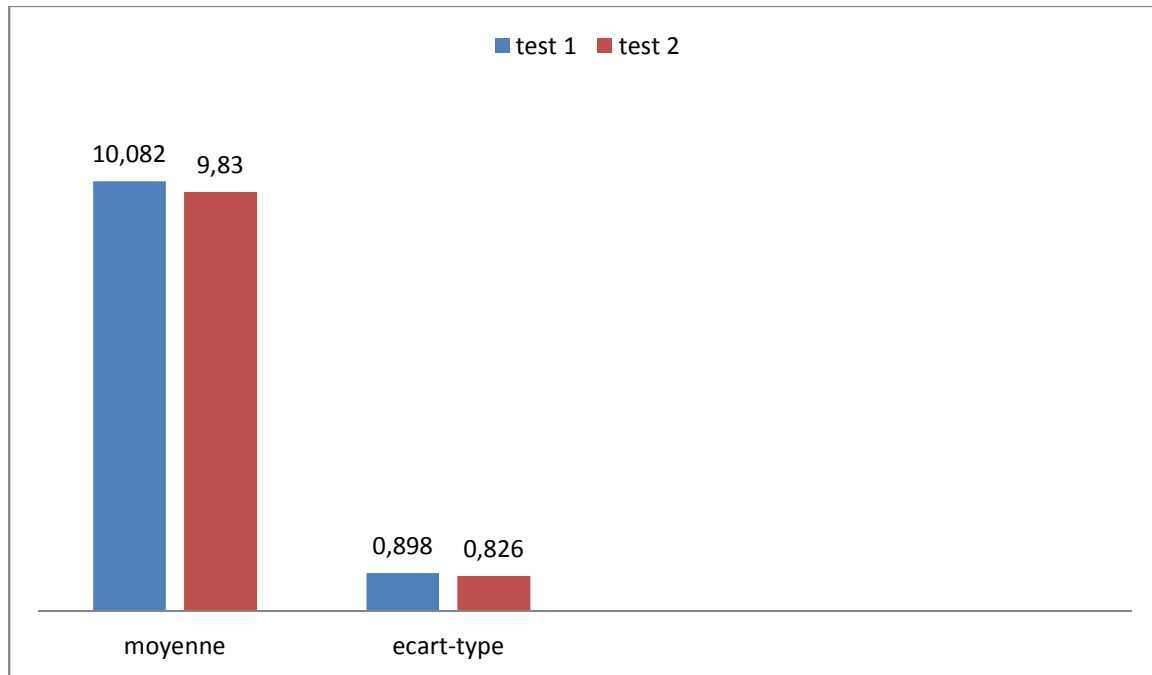
Comme l'indique les moyennes, les variances, l'écart-types, le t, cal et le t, tab inscrits lors des deux rends d'épreuves de sprint chez les filles de niveau 3<sup>ème</sup> Année et représentés dans le tableau et l'histogramme n° 13, on observe que les performances de la deuxième session ne sont pas significatives par rapport à celles de la première, ce qui est affirmé par l'infériorité de t, cal (1.97) et le t, tab qui égale à (2,001).

**Comparaison des résultats des filles de 4<sup>ème</sup> année lors des deux tests**

	Moyenne	Ecart-type	Variance	t cal	t tab	Seuil	Signification
1 <sup>ère</sup> Session	10.082	0.898	1.796	0.14	1.998	0,05	V N S
2 <sup>ème</sup> Session	9.830	0.8265	1.652				

**Tableau n° 14: La comparaison des performances de sexe féminin (Niveau 4<sup>mer</sup> Année)**





**Figure n° 14: Histogramme de comparaison des performances de sexe féminin (Niveau 4<sup>ème</sup> année) sous formes de moyennes et d'écart-types**

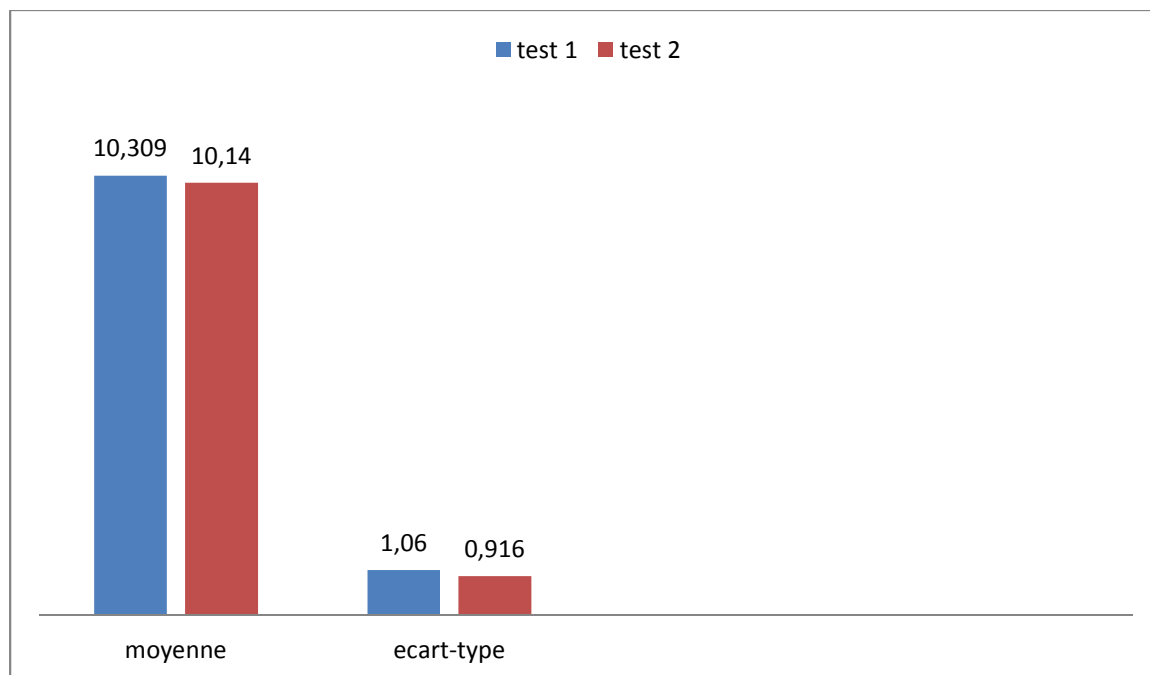
Le tableau et l'histogramme n° 14 représentent un ensemble des calculs statistiques (les moyennes, écart-types, variances, test Student et le t, tabulé). Ce dernier qui est de (0.14) est inférieur au t, tab (1.998), ce qui veut dire la différence notée par les filles de niveau 4<sup>ème</sup> Année dans la seconde session par rapport à la première est insignifiante.

### III-2-2- Comparaison des résultats des garçons

#### Comparaison des résultats des garçons de 1<sup>ère</sup> année lors des deux tests.

	Moyenne	Ecart-type	Variance	t cal	t tab	Seuil	Signification
1 <sup>ère</sup> Session	10.309	1.060	2.12	0.069	2.012	0,05	V N S
2 <sup>ème</sup> Session	10.14	0.916	1.832				

**Tableau n° 15: La comparaison des performances de sexe masculin (Niveau 1<sup>ère</sup> Année)**



**Figure n° 15: Histogramme de comparaison des performances de sexe masculin (Niveau 1<sup>ère</sup> année) sous formes de moyennes et d'écart-types**

Le tableau ci-dessus a pour objet de démontrer les moyennes arithmétiques, les écart-types, les variances ainsi que le t, calculé et le t, tabulé afin de comparer les résultats inscrits par les garçons de 1<sup>ère</sup> Année lors de l'épreuve de course de vitesse sur 50m.

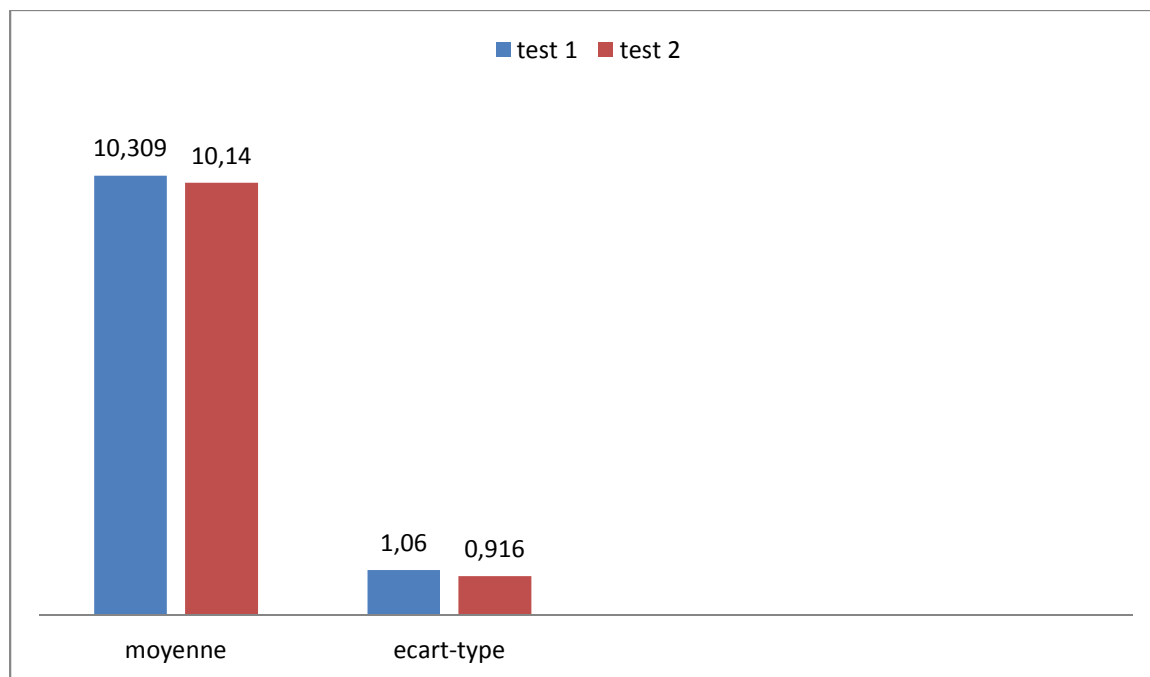
Ces résultats font montrer une différence non significative réfléchiée par le test student (0.069) qui est inférieur au t, tabulé (2.012).

De même, l'histogramme montre que la différence entre les résultats des deux est insignifiante. On constate que la différence est très légère entre les moyennes et les écart-types des deux tests.

**Comparaison des résultats des garçons de 2<sup>ème</sup> Année lors des deux tests.**

	Moyenne	Ecart-type	Variance	t cal	t tab	Seuil	Signification
1 <sup>ère</sup> Session	9.871	0.698	1.396	0.66	1.987	0,05	V N S
2 <sup>ème</sup> Session	9.773	0.724	1.448				

**Tableau n° 16: La comparaison des performances de sexe masculin (Niveau 2<sup>ème</sup> Année)**



**Figure n° 16: Histogramme de comparaison des performances de sexe masculin (Niveau 2<sup>ème</sup> année) sous formes de moyennes et d'écart-types**

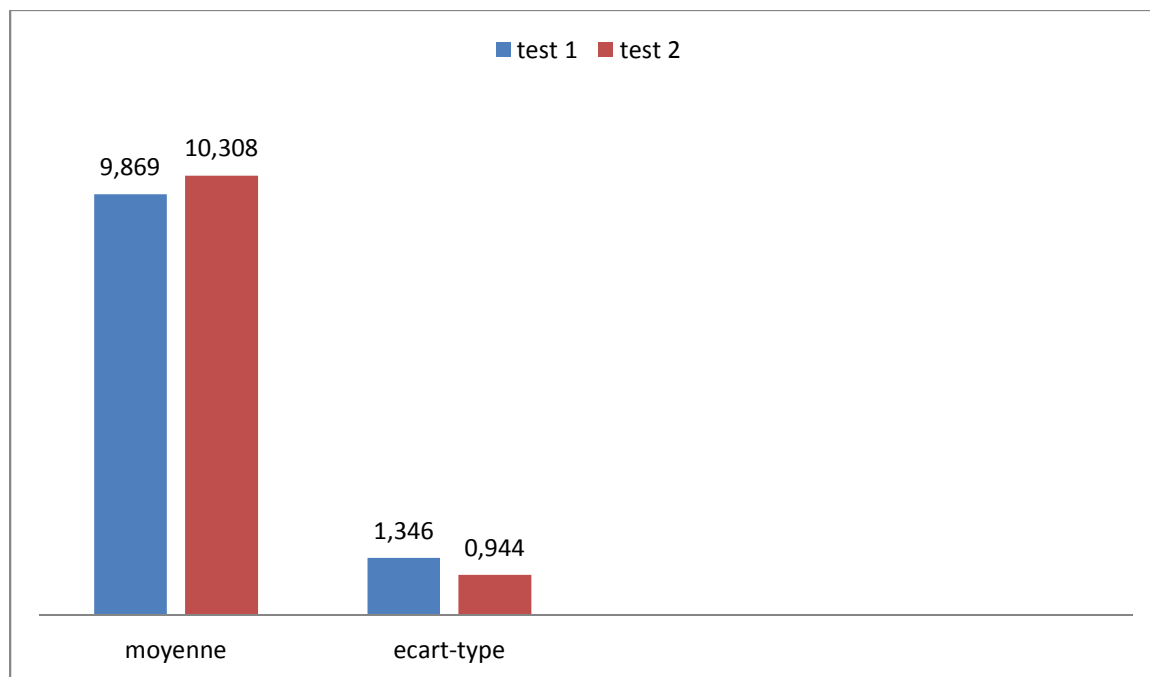
Les résultats révélés dans ce tableau et cet histogramme sous forme de moyennes, d'écart-types, de variances, t, cal et t, tab reflètent des performances réalisées par les garçons du niveau scolaire 2<sup>ème</sup> Année quand on les a testés dans deux reprises en sprint sur une distance de 50m.

Sur le plan de comparaison, le t, calculé qui égale a (0.66) est inférieur par rapport au t, tabulé (1.987), ce qui nous oriente vers une différence non significative pour la deuxième manche du test comparé à la première

**Comparaison des résultats des garçons de 3<sup>ème</sup> année lors des deux tests.**

	Moyenne	Ecart-type	Variance	t cal	t tab	Seuil	Signification
1 <sup>ère</sup> Session	9.869	1.346	2.692	1.2	2.02	0,05	V N S
2 <sup>ème</sup> Session	10.308	0.944	1.888				

**Tableau n°17: La comparaison des performances de sexe masculin (Niveau 3<sup>ème</sup> année)**



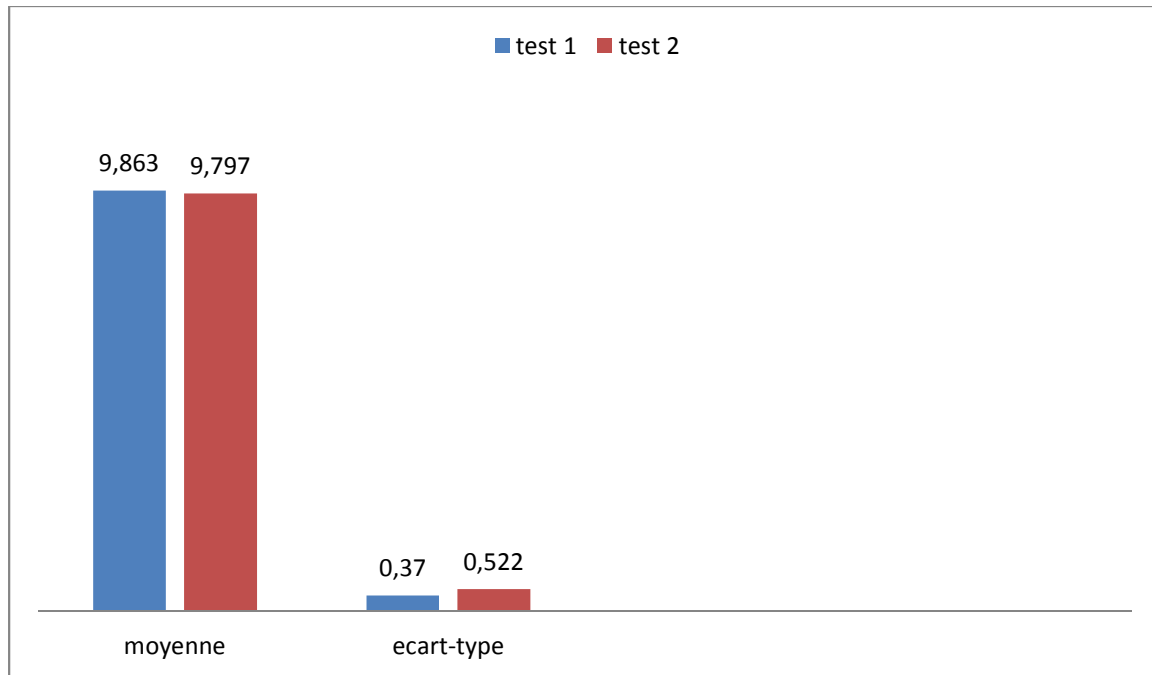
**Figure n° 17: Histogramme de comparaison des performances de sexe masculin (Niveau 3<sup>ème</sup> année) sous formes de moyennes et d'écart-types**

Dans ce tableau qui représente les moyennes, les variances, l'écart-type, le  $t_{cal}$  et le  $t_{tab}$  inscrits lors des deux rends d'épreuves de sprint chez les garçons de niveau 3<sup>ème</sup> Année, on observe que les performances de la deuxième session ne sont pas significatives par rapport à celles de la première, ce qui est affirmé par l'infériorité de  $t_{cal}$  (1.2) et le  $t_{tab}$  qui égale à (2.02).

**Comparaison des résultats des garçons de 4<sup>ème</sup> Année lors des deux tests**

	Moyenne	Ecart-type	Variance	$t_{cal}$	$t_{tab}$	Seuil	Signification
1 <sup>ère</sup> Session	9.863	0.370	0.70	0.325	2.07	0,05	V N S
2 <sup>ème</sup> Session	9.797	0.522	1.044				

**Tableau n°18: La comparaison des performances de sexe masculin (Niveau 4<sup>ème</sup> année)**



**Figure n° 18: Histogramme de comparaison des performances de sexe masculin (Niveau 4<sup>ème</sup> année) sous formes de moyennes et d'écart-types**

Ce tableau n° 18 représentent un ensemble des calculs statistiques (les moyennes, écart-types, variances, test Student et le t, tabulé). Ce dernier qui est de (0.325) est inférieur au t, tab (2.07), ce qui veut dire, la différence notée par les garçons de niveau 4<sup>ème</sup> Année dans la seconde session, par rapport à la première, est non significatif.

### III-3- Discussion

Après avoir présenté les résultats de cette recherche sous forme des tableaux et d'histogrammes qui interprètent directement les temps parcourus par un échantillon d'élèves du CEM 800/300 Smaoun, commune de Smaoun, wilaya de Béjaïa sur une distance de 40m jusqu'à 60m qui varie selon le niveau et le sexe de nos sujets, on a constaté que ces résultats sont significative par rapport à notre hypothèse; ça veut dire que nos résultats valident notre hypothèse qui dit: *Il n'existe pas un développement de la qualité de vitesse chez les élèves âgés entre 11 ans et 14 ans après un cycle de vitesse.* Cela apparait dans les différences existantes entre les résultats du premier test et ceux du deuxième test. Ces différences varient entre une amélioration très légère et parfois un recul dans la vitesse de nos sujets.

Entre le premier test qui a eu lieu la première semaine du mois de janvier et le deuxième test qui a eu lieu la première du mois d'avril, il y a un intervalle de trois mois d'environ. D'après les résultats de notre étude, cette période est insuffisante pour développer une qualité physique telle que la vitesse, ce qui nous mène à la validation de la deuxième partie de notre hypothèse qui dit que cette non-évolution de cette qualité est dû à l'insuffisance du volume horaire consacré à l'EPS d'une part, et à la durée du cycle consacré à la vitesse d'une autre part.

### III-4- Recommandations

L'éducation physique et sportive est une discipline indispensable dans le programme globale de l'éducation vue l'immense importance qu'elle a, que ce soit sur le plan psychologique ou sur le plan physiologique. Mais ici chez nous en Algérie, elle semble ne pas être prêté l'attention et l'importance qu'elle mérite; cela est très bien réfléchi et interprété directement par les résultats de nos athlètes dans les différentes compétitions internationales. En plus la négligence de l'EPS en Algérie a été très bien révélée par les tests que nous avons fait pendant ce modeste travail de recherche qui nous a montré que l'EPS dans l'école algérienne n'est pas vraiment à la hauteur de développer les capacités physiques de nos élèves adolescents surtout la vitesse, une qualité physique très essentielle dans les activités sportives en général.

Afin d'atteindre les objectifs et les finalités pour les quelles l'EPS est faite, et pour améliorer la situation de l'éducation physiques et sportives dans nos écoles, nous recommandons aux spécialistes et au responsables dans ce domaine la révision et la

réformation du programme d'EPS. Pour cela nous avons quelques suggestions qui nous semblent importantes à prendre en considération.

Premièrement, nous pensons que l'intégration de l'EPS dans toutes les écoles primaires sous la tutelle d'un enseignant spécialisé dans le domaine paraît être la clé du développement des qualités physiques de nos élèves car nous considérons que ce dernier doit être un enchaînement de connaissances et de pratiques qui ont besoin d'être introduites à l'individu dès son enfance pour que ce soit efficace.

Deuxièmement, nous souhaitons proposer l'augmentation de nombre des heures accordées à l'EPS jusqu'à six heures par semaines, divisées en trois séances hebdomadaires. En plus, il est très important d'orienter les élèves vers les disciplines dans lesquelles ils sont plus motivés et plus performants et cela peut être fait par la considération des besoins des élèves et des tests de sélection.

Enfin, nous aimerions proposer la création des clubs scolaires spécialisés dans les différentes disciplines sportives dans chaque établissement, et la création et l'organisation des manifestations et des compétitions interscolaires régulières afin de motiver non seulement les élèves mais aussi les enseignants d'EPS.

## **CONCLUSION GENERALE**



## **CONCLUSION GENERALE**

L'objectif de ce présent travail de recherche était d'évaluer la qualité de vitesse chez les jeunes âgés entre 11 et 14 ans qui sont scolarisés au collège d'une part, et d'une autre part déterminer le taux d'efficacité de la planification et de la programmation des séances de l'EPS pour développer les qualités physiques, notamment la vitesse comme une qualité cruciale dans plusieurs disciplines, chez nos élèves âgés de 11 ans à 14 ans. Cette recherche a été conduite sur un échantillon d'élèves du CEM 800/300 de Smaoun, et a été basée sur un test de vitesse comme un instrument de recherche pour collecter les données.

Les résultats de cette présente étude ont montré que la vitesse de nos élèves n'était pas significative et que, parfois, il y avait un recul dans les scores du deuxième test par rapport au premier; ce qui indique que la qualité physique de la vitesse ne se développe pas au cours d'un cycle qui lui est consacré. Elle a aussi montré que la planification et la programmation des séances d'EPS en Algérie n'est pas vraiment à la faveur de développer les qualités physiques de nos élèves, spécialement la vitesse.

L'intégration de l'EPS dans toutes les écoles primaires, l'augmentation de nombre des heures accordées à l'EPS jusqu'à six heures par semaines, divisées en trois séances hebdomadaires, orienter les élèves vers les disciplines dans lesquelles ils sont plus motivés et plus performants, et la création des clubs scolaires spécialisés dans les différentes disciplines sportives dans chaque établissement et l'organisation des manifestations et des compétitions interscolaires régulières afin de motiver non seulement les élèves mais aussi les enseignants d'EPS, sont les points essentielles qu'on peut prendre en considération afin d'améliorer la situation de l'EPS et atteindre les finalités pour lesquelles cette dernière a été faite.

Enfin, d'autres travaux de recherche peuvent être conduits pour adresser d'autres types de problèmes dans le domaine de l'EPS comme les méthodes et les techniques appropriées pour le développement des qualités physiques des élèves en général.

## REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- 1- Cazorla. G, ROHER.G, l'évaluation en football-in l'évaluation en activités physiques et en sport, colloque international de la Guadeloupe, 1990. Dans F. Mokrani, évaluation en éducation physique et sportive 2000 /2001, UNIVERSITE D'ALGER.
- 2- Catherine Pienkowski, Sophie Grandjean. La puberté avant l'âge nouveaux aspects
- 3- Dictionnaire Larousse, 1990
- 4- Dictionnaire HACHETTE 2004.
- 5- Didier Reiss, Dr Pascal PREVOST, la bible de la préparation physique 2013
- 6- Emmanuel Van Praagh Physiologie de sport enfant et adolescent 2008.
- 7- Florence FIBAQUE et André BRUN la course de vitesse au cycle 3,2003-2004
- 8- François Richard, Les troubles psychiques de à l'adolescence 2005
- 9- FREDERIC AUBERT, THIERRY CHOFFIN, Athlétisme 3- les courses.
- 10- Frédéric Rufin, 2004.
- 11- G. cometti, l'entraînement de la vitesse, 2012
- 12- J. Weinek, Manuel d'entraînement, 4<sup>ème</sup> édition, 1997
- 13- J. Weinek, Manuel d'entraînement, p246, 3<sup>ème</sup> édition
- 14- Landsheere – Maccario.B, théorie et pratique de l'évaluation dans la pédagogie des APS 1986. Dans F. Mokrani, évaluation en éducation Physique et sportive, 2000 /2001UNIVERSITE D'ALGER.
- 15- Michael Hesslnberg, Psychologie de l'enfant et de l'adolescent 2001
- 16- Noizt (G), Carverni (J.P)- Psychologie de l'évaluation scolaire 1978
- 17- PIERRE G. COSLIN, Psychologie de l'adolescent, P22, 2010
- 18- **Revus « Science et vie »** n° 147 paris. Juin 1984
- 19- Roland Abrecht, l'évaluation formative 1991. 1ere édition.
- 20- Romain, B, Développement des qualités physiques, vitesse
- 21- Stéphane Brau-Antony- jean-Pierre Cleuziou, L'évaluation en EPS - année 2005

## ANNEXES

<b>filles niveau 1er année</b>		
<b>sujet</b>	<b>test 1</b>	<b>test 2</b>
1	9,41	8,2
2	11,31	10,13
3	8,12	8,2
4	9,11	8,48
5	8,94	8,74
6	8,39	8,74
7	9,29	8,85
8	9,36	11,06
9	8,18	8,17
10	9,29	8,48
11	8,79	9,81
12	8,47	9,66
13	8,21	8,66
14	9,99	10,53
15	8,35	9,52
16	8,91	9,56
17	10,32	10,69
18	8,74	8,69
19	8,51	8,96
20	9,78	8,53
21	9,09	8,03
22	9,4	8,93
23	9,08	9,41
24	9,6	9,39
25	10,04	8,93
26	9,56	9,23
27	10,04	9,75
28	9,52	9,04
29	8,46	9,91
30	8,62	9,57

**filles niveau 2eme année**

<b>sujet</b>	<b>test 1</b>	<b>test 2</b>
1	10,46	9,08
2	10,09	9,08
3	10,87	9,87
4	11,08	10,66
5	10,89	10,89
6	10,52	10,1
7	9,48	9,52
8	9,81	9,71
9	10,33	10,57
10	10,17	10,21
11	11,03	10,09
12	9,78	9,63
13	10,4	10,37
14	10,59	10,78
15	10,14	10,23
16	9,92	10,03
17	9,74	9,82
18	9,81	9,97
19	10,64	10,73
20	11,52	11,43
21	10,6	10,56
22	10,48	10,36
23	9,88	9,91
24	10,58	10,62
25	12,03	11,98

<b>filles niveau 3eme année</b>		
<b>sujet</b>	<b>test 1</b>	<b>test 2</b>
1	10,81	10,24
2	10,02	10,05
3	9,91	10,13
4	9,91	9,85
5	10,07	10,17
6	11,03	12
7	10,64	10,93
8	10,07	10,04
9	8,58	10,15
10	8,88	8,87
11	10,58	9,85
12	11,89	12,19
13	9,52	10,14
14	10,08	10,15
15	9,51	11,28
16	9,16	10
17	8,73	9,89
18	8,34	9,64
19	10,02	10,16
20	8,34	9,64
21	8,23	9,74
22	8,59	8,6
23	8,99	11,18
24	9,42	9,73
25	8,16	8,52
26	8,71	8,72
27	8,68	8,52
28	8,78	9,2
29	9,14	9,6
30	10,96	11,05

<b>filles niveau 4eme année</b>		
<b>sujet</b>	<b>test 1</b>	<b>test 2</b>
1	11	11,53
2	8,54	8,44
3	10,43	10,06
4	9,33	9,75
5	10,72	10,3
6	10,09	9,14
7	9,13	9,47
8	9,78	10,07
9	10,75	10,18
10	9,83	9,92
11	9	9,89
12	11,29	11,69
13	8,52	9,45
14	9,07	9,26
15	9,6	9,53
16	9,39	10,35
17	8,57	8,87
18	9,95	9,2
19	9,33	9,55
20	10,44	10,32
21	11,31	11,36
22	11,32	11,26
23	10,36	10,07
24	10	10,01
25	10,74	10,6
26	10,5	10,57
27	10,7	10,76
28	10,25	9,73
29	10,5	10,6
30	10,8	10,05
31	12,08	12
32	9,33	9,6

<b>garçons niveau 1er année</b>		
<b>sujet</b>	<b>test 1</b>	<b>test 2</b>
1	9,36	8,75
2	9,43	9,55
3	9,92	10,06
4	12,91	12,97
5	10,89	10,13
6	9,05	9,4
7	9,86	10,04
8	9,46	9,26
9	9,96	9,4
10	9,46	9,56
11	11,54	10,56
12	11,51	10,13
13	10,2	10,31
14	9,53	9,87
15	10,83	10,18
16	10,39	11,19
17	8,51	9,56
18	11,09	11,04
19	10,85	9,87
20	12,54	12,07
21	10,17	9,83
22	9,57	9,84
23	10,27	10,19
24	10,12	9,6

<b>garçons niveau 2eme année</b>		
<b>sujet</b>	<b>test 1</b>	<b>test 2</b>
1	9,96	9,82
2	10,28	10,15
3	8,95	9
4	10,01	9,97
5	8,35	8,48
6	9,72	9,62
7	10,59	10,63
8	10,57	10,38
9	9,21	9,42
10	10,93	10,88
11	9,28	9,2
12	8,96	8,88
13	9,41	9,28
14	9,78	10,02
15	9,56	9,42
16	10,07	10
17	9,63	9,74
18	9,78	9,54
19	10,07	10,02
20	9,6	9,62
21	10,15	10,22
22	10,43	10,38
23	9,57	9,62
24	9,88	9,95
25	10,32	10,48
26	10,17	10,23
27	10,72	9,91
28	10,02	10,41
29	9,16	9,41
30	9,41	9,5
31	9,23	9,31
32	9,49	10,09
33	9	8,91
34	9,86	9,5
35	9,13	8,6
36	9,07	8,68
37	9,89	9,28
38	9,52	9,52
39	10,15	9,25



*Annexes*

---

40	10,52	9,97
41	10,17	9,62
42	10,86	10,34
43	12,43	12,81
44	10,48	9,96

garçons niveau 3eme année		
sujet	test 1	test 2
1	9,22	9,55
2	12,21	12,32
3	11,88	11,03
4	12	12,07
5	11,44	11,53
6	9,25	9,74
7	9,32	9,53
8	11,19	11,59
9	10,85	10,36
10	8,16	9,71
11	9,65	10,78
12	8,54	9,84
13	9,11	9,35
14	8,7	9,78
15	10,11	10,43
16	11,03	10,28
17	8,78	9,44
18	8,16	9,12
19	8,81	9,71
20	8,97	10

<b>garçons niveau 4eme année</b>		
<b>sujet</b>	<b>test 1</b>	<b>test 2</b>
1	9,55	8,85
2	9,55	9,6
3	9,93	9,81
4	10,04	9,98
5	9,53	9,71
6	9,8	9,81
7	10,41	10,52
8	9,92	9,12
9	9,54	10,03
10	9,85	10,03
11	9,56	9,42
12	10,68	10,69

## RESUME

Ce modeste travail intitulé «L'évaluation de la Qualité de Vitesse chez les Elèves Scolarisés au CEM Agés entre 11 et 14ans » vise principalement à déterminer s'il existe un développement de la qualité de vitesse chez les élèves scolarisés au CEM après un cycle de vitesse, d'une part et le taux de l'efficacité de la planification et la programmation de l'EPS au CEM. Un total de 218 sujets de quatre différents niveaux (1<sup>ere</sup> AM, 2<sup>eme</sup> AM, 3<sup>eme</sup> AM, et 4<sup>eme</sup> AM) a pris part dans cette investigation en participant dans les tests désignés pour collecter les données nécessaires afin d'élaborer l'objectif de cette recherche. Ces tests s'agissaient des courses de vitesse sur une distance qui varie selon le niveau et le sexe des sujets, entre 40 m et 60m. Ces sujets ont été testés à deux reprises, une vers le début du mois de janvier et l'autre vers le début du mois d'avril pour pouvoir comparer les résultats et détecter la différence dans leur performance avec le temps. Les résultats de ce travail ont montré que la vitesse des élèves n'est pas significative; en plus, ils ont révélé soit une amélioration insignifiante ou un recul dans la vitesse des sujets après une période de trois mois ce qui valide l'hypothèse proposée au début de cette investigation.