

# RÉALISER DES EXPLOITS AVEC UN RUBAN (GRS)

**Claire Pontais**, professeure agrégée d'EPS, formatrice à l'ESPE de Caen-Basse-Normandie  
responsable de la revue *Contre Pied* (Centre EPS & Société)

ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

ACTIVITÉ 1

Extrait de l'ouvrage [50 activités pédagogiques pour l'égalité filles/garçons à l'école](#),  
sous la direction de Virginie Houadec et Michèle Babillot, SCÉRÉN-CRDP de Midi-Pyrénées, 2008

**GRS** : la Gymnastique rythmique (et sportive) est une pratique sociale presque exclusivement féminine. Cependant, elle fait partie d'un ensemble d'activités où il s'agit d'épater un spectateur en faisant des exploits avec un objet. Ces activités font partie de la même famille que le jonglage, se pratiquent essentiellement au cirque et sont aussi investies par les hommes.

La GRS est une sorte de jonglage où le corps est fortement sollicité puisqu'il faut faire des exploits avec son corps tout en manipulant l'objet ou faire des exploits avec son corps pendant qu'on lance l'objet. Pour « épater » le spectateur, il faut toujours rattraper l'objet, s'il tombe, c'est raté ! Si je le rattrape avec aisance, c'est réussi ! Plus je fais des figures difficiles avec mon corps et plus c'est difficile de manipuler l'objet sans le perdre, il s'agit donc de faire les figures les plus difficiles possibles en ajustant l'exploit avec l'objet. Cet exploit peut être un lancer-rattraper ou un « dessin » qui dure assez longtemps (j'entretiens la mobilité du ruban sans m'emmêler, je fais beaucoup de rebonds avec le ballon sans m'arrêter). La GRS est donc une activité où il s'agit de prendre des risques (lancer, faire une figure difficile, un dessin difficile) et maîtriser le risque pris.

Par expérience, nous constatons que garçons et filles « n'entrent pas dans l'activité » de la même manière. La majorité

des garçons prend beaucoup de risques (lancer très haut, lancer au pied, figures au sol) sans chercher obligatoirement à maîtriser le risque pris. Ils rattrapent « en catastrophe ». Par exemple, avec le ballon, beaucoup de filles font des « petits » exploits (ne pas lancer très haut, ne pas faire rebondir longtemps), elles préfèrent assurer le rattrapé, plutôt que de risquer la perte de l'objet. Elles sont sensibles à une réception équilibrée, esthétique.

Il s'agira d'amener les filles vers une plus grande prise de risque et les garçons vers une plus grande maîtrise avec des rattrapés bien équilibrés.

Pour être une référence pour l'école, et pour que garçons et filles y donnent du sens, il y a un certain nombre d'écueils à éviter. Par exemple, dire à un garçon : « Tu vas faire joli avec le ruban », est le meilleur moyen qu'il boude et dise que c'est « pour les filles » ! Dire à une fille de faire rebondir le ballon avec ses pieds risque fort de la mettre en difficulté et lui donner l'impression de faire du foot ! Passer dès le début une vidéo de GRS où il n'y a que des filles qui évoluent ne va pas engager pleinement les garçons dans l'activité. En revanche, la notion de spectacle est appréciée par les deux. Les objets les plus utilisés à l'école sont le ruban, le ballon, le cerceau, la corde, le ballon de baudruche. Tous sont intéressants mais tous ne posent pas

exactement les mêmes problèmes et n'ont pas obligatoirement le même sens pour les enfants.

Le ruban est un objet encombrant, où il s'agit surtout d'entretenir la mobilité et de « faire des dessins » sans faire de nœuds. Le risque est de s'emmêler et de ne pas pouvoir faire de figures avec son corps. C'est un objet silencieux qui nécessite de la musique. Il est plutôt féminin.

Le ballon est un objet plus utilisé par les garçons que par les filles. C'est un objet « explosif », on peut le lancer en l'air ou le faire rebondir par terre, il peut aussi rouler au sol ou sur le corps. Il va facilement être perdu quand on ne sait pas le rattraper. Il est plutôt masculin.

S'il faut faire un seul cycle de GRS à l'école primaire, dans le cadre de l'égalité des garçons et des filles, il faut choisir le ballon, parce que cela va être l'occasion pour les filles de « rattraper leur retard culturel » et d'être aussi adroites avec un ballon que les garçons. L'enjeu pour les garçons est d'utiliser le ballon dans un but esthétique et pas seulement comme au foot.

Dans les deux cas, il faudra proposer deux « entrées » possibles aux enfants : une entrée « prise de risque » et une entrée « maîtrise du risque ». À la fin du cycle (10/15 séances), ils devraient tous prendre des risques et maîtriser le risque pris, dans le cadre d'un spectacle collectif.