UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

LE DÉVELOPPEMENT DE L'EXPERTISE ET DU TALENT EN SKI DE BOSSES : DE LA PRATIQUE DÉLIBÉRÉE À L'ACTIVITÉ PRIVÉE

THÈSE
PRÉSENTÉE
COMME EXIGENCE PARTIELLE
DU DOCTORAT EN PSYCHOLOGIE
DE L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL
ET
DU DOCTORAT EN SCIENCES ET TECHNIQUES DES ACTIVITÉS PHYSIQUES
ET SPORTIVES
DE L'UNIVERSITÉ CLERMONT AUVERGNE
DANS LE CADRE D'UNE COTUTELLE DE THÈSE

PAR

DAPHNÉ LAURIN-LANDRY

JUILLET 2018

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL
Service des bibliothèques

Avertissement

La diffusion de cette thèse se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire *Autorisation de reproduire et de diffuser un travail de recherche de cycles supérieurs* (SDU-522 – Rév.10-2015). Cette autorisation stipule que «conformément à l'article 11 du Règlement no 8 des études de cycles supérieurs, [l'auteur] concède à l'Université du Québec à Montréal une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de [son] travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, [l'auteur] autorise l'Université du Québec à Montréal à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de [son] travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de [la] part [de l'auteur] à [ses] droits moraux ni à [ses] droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, [l'auteur] conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont [il] possède un exemplaire.»

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL – MONTRÉAL, CANADA

Département de psychologie, Programme Q291

UNIVERSITÉ CLERMONT AUVERGNE – CLERMONT-FERRAND, FRANCE

UFR des Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives (74ème section du CNU)

École Doctorale Lettres, Sciences Humaines et Sociales ED 370

LE DÉVELOPPEMENT DE L'EXPERTISE ET DU TALENT EN SKI DE BOSSES : DE LA PRATIQUE DÉLIBÉRÉE À L'ACTIVITÉ PRIVÉE

THÈSE PRÉSENTÉE

COMME EXIGENCE PARTIELLE

DU DOCTORAT EN PSYCHOLOGIE ET EN STAPS

PAR

DAPHNÉ LAURIN-LANDRY

Jury :
Jacques FOREST, Professeur titulaire, Département d'organisation et ressources humaines, Université du Québec à Montréal, Montréal, Canada
Denis HAUW, Professeur associé, Faculté des sciences sociales et politiques, Institut des sciences du sport, Université de Lausanne, Lausanne, Suisse
Maryvonne MERRI, Directrice de recherche, Professeure au Département de psychologie, Université du Québec à Montréal, Montréal, Canada
Michel RÉCOPÉ, Co-directeur de recherche, Maître de conférences, HDR, STAPS, Université Clermont Auvergne, Clermont-Ferrand, France
Géraldine RIX-LIÈVRE, Professeur STAPS, Université Clermont Auvergne, Clermont-Ferrand, France
Christiane TROTTIER, Professeure agrégée, Département d'éducation physique, Université Laval, Québec, Canada

JUILLET 2018

REMERCIEMENTS

« *Unus pro omnibus, omnes pro uno* »
« *Tous pour un, un pour tous* »
Les Trois Mousquetaires, Alexandre Dumas, 1844

À l'image de la devise des trois mousquetaires, la réussite de cette thèse et l'obtention de mon doctorat n'auraient pu être possible sans le soutien de nombreuses personnes.

Tout d'abord, merci aux skieurs et aux skieuses de bosses qui ont participé à ce projet de thèse. Le partage de votre expérience a non seulement enrichi les connaissances scientifiques actuelles, mais également mes savoir-faire et savoir-être comme psychologue spécialisée en psychologie du sport, et pour ça, je vous suis infiniment reconnaissante.

Merci à madame Maryvonne Merri qui, à la lecture de mon dossier lors des admissions au doctorat, y a vu un potentiel pouvant être développé. Merci de m'avoir permis de mener une recherche portant sur le développement de l'expertise et du talent en sport et de m'avoir appris l'importance des mots que l'on choisit lorsque l'on écrit. Merci pour les heures que vous avez investies dans mon travail.

Monsieur Michel Récopé, merci d'avoir partagé avec moi votre passion de l'être humain, porteur de sensibilité, de normes et de valeurs. Merci de votre écoute, de votre soutien et de votre confiance, et surtout, merci de m'avoir montré tout au long de nos années de travail ensemble l'estime que vous me portez en tant que chercheuse. Merci également pour les heures consacrées à ce travail. Merci aussi à Claudine et à Sandra pour leur accueil chaleureux lors de mes séjours à Clermont.

Marielle, Myriam B., Audrey, Myriam T., Camille M., Sylviane, Dominique, Tommy, Yimin et Arnaud, mes collègues de labo à Montréal, merci de votre soutien et de vos bonnes idées. Yimin, merci de ton amitié et des moments de défoulement qui m'ont beaucoup aidée au cours de cette dernière année. Myriam T., merci mille fois d'avoir été ma confidente et d'avoir reçu et compris mon expérience doctorale. Ton amitié, ton écoute et tes conseils furent significatifs dans mon parcours doctoral. Camille M., mon amie, ma collègue de travail, mon assistante de cours, ma coloc sûre. Ton amitié a transformé mon parcours doctoral, trouvant en toi une collègue avec qui partager mes intérêts en psycho du sport, mais surtout une amie avec qui discuter autant des réussites que des difficultés. Tu as joué un rôle déterminant dans l'achèvement de cette thèse et je t'en suis grandement reconnaissante.

Merci aux personnels du Département de psychologie de l'UQÀM et à la Faculté des sciences humaines pour les diverses bourses. Merci tout particulièrement à Joëlle Clément pour le soutien apporté lors des demandes de bourse, à madame Mélanie Turcotte pour la gestion de la cotutelle et à monsieur Pierre Plante pour votre soutien. Merci au FQRNT pour la bourse Frontenac.

Merci à Gabrielle, Justine, Lyanna, Camille M. et mes collègues de laboratoire pour le coup de main dans la rédaction des verbatim.

Simon, Mathis et Carine, mes collègues de Clermont, merci pour votre écoute et les fous rires que nous avons pu partager. Mon expérience à Clermont n'aurait pas été aussi riche et belle sans vous. Simon, merci aussi de ton écoute, de ton empathie, de ta sagesse, de ton aide remarquable et de ta franchise dans ton partage d'expérience comme doctorant. Géraldine, merci de m'avoir poussée à viser plus haut et plus loin en recherche et merci également de m'avoir encouragée dans mes ambitions professionnelles. Merci aux personnels de l'UCA et aux personnels de l'École

Doctorale qui furent si gentils à mon arrivée à l'université. Merci au Laboratoire ACTé et à l'ÉD pour les bourses d'études et de participation à des congrès.

Merci au Département des sciences de l'activité physique (UQÀM) pour la confiance et la reconnaissance de mon enseignement de la psychologie du sport, pendant quatre ans, à titre de chargée de cours. Merci à Greg Decamps et Mickaël Campo qui m'ont sollicitée pour occuper le mandat de représentante étudiante, pendant trois ans, à la Société française de psychologie du sport. Merci à Jean Fournier d'avoir partagé tes connaissances avec moi et de m'avoir recommandée comme intervenante externe en psychologie du sport auprès de l'Institut national du sport du Québec. Alexis, Aude et Victor, merci pour les bons moments passés en congrès avec vous et pour les séjours à Paris et à Bordeaux! Aurélie, merci pour ton amitié, ton soutien de tous les jours, tes encouragements et ta compréhension des turbulences du doctorat. Ruud, thanks for sharing with me your passion about the development of talent in sport, you helped me grow as a researcher. Camille L., merci de m'avoir accompagnée à Tignes pour réaliser certains entretiens de thèse et pour avoir partagé de bons moments en France.

Merci à Marie-France et Lyanna de m'avoir intégrée dans votre groupe de travail! Travailler à plusieurs est tellement plus motivant, même si le « blabla » et l'évitement sont parfois présents ;-) ! Merci à Claude-Sophie, Xavier et Raphaël du Café 8 oz, votre café fut mon repère de rédaction, agrémentant de beaucoup la rédaction de cette thèse. Merci aussi à Nathalie Laflamme pour l'écoute et le soutien.

Justine, Julien, Émy et Charles, merci de m'avoir soutenue au quotidien au cours de mon parcours doctoral. Pierre-Olivier, merci pour ton soutien quotidien, tes relectures de ma thèse, tes encouragements et ta croyance que ma recherche peut apporter des retombées en milieu sportif. Marie-France, Valérie et Lydia, mes amies de toujours, merci pour les moments de socialisation m'ont permis de décrocher du stress de la

thèse et pour vos encouragements. Zoé, merci d'avoir été présente tout au long de mon parcours. Sharmine, Catherine, Mathieu et Alexandre merci pour votre écoute et pour les bons moments passés ensemble en France ! Merci à Charlotte et à Hélène pour votre soutien et l'hébergement à Clermont le temps d'un été !

Mes amours clermontois : Benou, Pierre, Florian, Christophe, Carole, Thomas, JB, Sasa, Pauline, François, Aurore et Lolita. La vie et la cotutelle ont fait en sorte que nos chemins se croisent et ô combien je suis reconnaissante de vous avoir rencontrés ! Vous m'avez intégrée à votre groupe et, ce faisant, vous êtes devenus ma famille, celle qui m'a adoptée, qui a veillé sur moi et qui m'a initiée à la vie française. Sans cette famille, je n'aurais pas eu une aussi belle expérience de rédaction de thèse en France. Enfin, chers amis clermontois, cette thèse est terminée, fini les taquineries ;-)

Merci à mes parents qui m'ont offert un soutien inconditionnel malgré les moments difficiles de la thèse. Savoir que vous étiez là et que je pouvais compter sur vous m'était suffisant et, pour cela et encore plus, je vous aime. Gigi, merci, merci, merci, d'avoir tout lu, relu et encore relu cette thèse pour en vérifier l'orthographe et en assurer la cohérence. Ton aide m'a sécurisée et m'a donné confiance qu'enfin, cette thèse finira. Je te serai à jamais reconnaissante pour ton aide.

Enfin, je ne serais pas la personne que je suis aujourd'hui et je n'aurais pas terminé cette thèse si ce n'était du soutien inconditionnel et perpétuel de mon frère, Arnaud. Tu es mon meilleur ami, celui qui me connaît le mieux et qui a su me réconforter tout comme me confronter dans les moments opportuns. Tu es le seul qui a complètement saisi les challenges et le positionnement de cette thèse dans mes ambitions professionnelles et dans le milieu sportif de compétition. Merci d'avoir été là tout au long de ma vie et encore plus au cours de mon doctorat. Je suis reconnaissante à la vie d'avoir un petit frère comme toi !

DÉDICACE

À toute personne qui a cru en ses idées et
ses ambitions malgré l'adversité

À ma famille, mes ami(e)s
et ces skieurs/skieuses de bosses
exceptionnels/exceptionnelles

TABLE DES MATIÈRES

Remerciements V

Dédicace IX

Table des matières XI

Liste des figures XIX

Liste des tableaux XXI

Liste des abréviations, sigles et acronymes XXIII

Résumé XXVII

INTRODUCTION 1

PRÉAMBULE : CARACTÉRISATION DE LE CULTURE SPORTIVE SPÉCIFIQUE DU SKI DE BOSSES AU QUÉBEC ET AU CANADA 21

La culture sportive spécifique du ski de bosses 22

L'histoire du ski de bosses 23

Les exploits canadiens en ski de bosses 24

Description du parcours de ski de bosses 25

Description des habiletés requises dans ce sport 26

Description brève des critères de jugement en compétition en ski de bosses 27

Description des structures des équipes de ski de bosses au Canada 28

Équipe régionale 28

Équipe du Québec 30

Équipe nationale du Canada 31

PARTIE 1 33

IDENTIFICATION DES ACTIVITÉS PRIVÉES MENÉES AU COURS DU DÉVELOPPEMENT SPORTIF EN SKI DE BOSSES : ÉTUDE AUPRÈS DE SKIEURS QUÉBÉCOIS EXPERTS ET PROMETTEURS 33

1.1. Introduction 33

1.2. Recension des écrits 34

1.2.1. La genèse du modèle de l'expertise 34

1.2.2. Élargir le champ d'investigation des activités privées en considérant les différentes formes de jeux décrites par Piaget 53

1.2.3. Évolution des pratiques et des jeux au cours de la participation sportive 55

1.2.4. Une adaptation du modèle des pratiques et des jeux de Côté au ski de bosses : vers un modèle hypothétique des activités privées 58

1.3. Questions de recherche 68

1.4. Méthodologie de collecte des matériaux 68

1.4.1. L'entretien d'explicitation 69

1.4.2. Formulations des questions pour l'entretien d'explicitation 72

1.4.3. Mise en œuvre de l'entretien semi-directif et rétrospectif 74

1.4.4. Construction de la grille d'entretien 74

1.4.5. Déroulement de l'entretien d'explicitation 78

1.4.6. Procédure de collecte de matériaux 79

1.4.7. Description des participants 81

1.4.8. Instruments 86

1.4.9. Procédure 88

1.5. Méthode d'analyse 88

1.5.1. Transcription des verbatim 88

1.5.2. Réorganisation thématique des verbatim 89

1.5.3. Analyse de contenu des entretiens selon les pratiques et les jeux proposés dans la littérature sur le développement de l'expertise, du talent et de l'enfant 95

1.6. Résultats 99

1.6.1. Nombre total d'activités privées évoquées en entretien 100

1.6.2. Les activités privées correspondant aux pratiques et aux jeux identifiés dans la littérature sur le développement de l'expertise, du talent et de l'enfant 100

1.6.3. Les activités privées absentes dans la littérature scientifique 104

1.6.4. Répartition des activités privées évoquées 105

1.6.5. Répartition des activités privées selon les équipes 106

1.6.6. Répartition totale des activités privées selon les skieurs 108

1.6.7. Panorama détaillé des activités privées des skieurs de bosses 110

1.6.8. Distribution des pratiques et des jeux spécifiques au ski de bosses selon les skieurs et les équipes 121

1.7. Discussion 135

1.7.1. Premier portrait des activités privées de skieurs de bosses experts et prometteurs. 136

1.7.2. Les limites des modèles d'Ericsson, de Côté et de Piaget 142

1.7.3. Limites méthodologiques 147

1.8. Conclusion 148

1.8.1. Ouverture vers la deuxième partie de la thèse 149

PARTIE 2 151

LA CONTRIBUTION DES DIFFÉRENTS SYSTÈMES ÉCOLOGIQUES DANS LE CHOIX, LA MISE EN PLACE ET LE DÉROULEMENT DES ACTIVITÉS PRIVÉES 151

2.1. Introduction 151

2.2. Cadre théorique 154

2.2.1. Application au développement de l'expertise et du talent en ski de bosses du développement écologique de l'humain 154

2.2.2. Modèle du développement du talent de Bloom 165

2.3. Questions de recherche 169

2.4. Méthode d'analyse 169

2.4.1. Réutilisation de la réorganisation thématique présentée dans la première partie de la thèse 169

2.4.2. Analyse inductive générale des entretiens 170

2.4.3. Modèle interprétatif 178

2.4.4. Validité des analyses 178

2.5. Résultats 179

2.5.1. Le microsystème familial est à l'origine de la pratique du ski de bosses 180

2.5.2. Les systèmes contribuent au choix des activités privées 181

2.5.3. Les microsystèmes contribuent à la mise en place et au déroulement des activités privées 204

2.5.4. L'ontosystème contribue à la mise en place et au déroulement des activités privées 246

2.6. Discussion 254

2.6.1. La contribution des microsystèmes dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées 255

2.6.2. La contribution de l'ontosystème dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées 273

2.6.3. La contribution du mésosystème dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées 276

2.6.4. La contribution de l'exosystème dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées 277

2.6.5. La contribution du macrosystème dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées 279

2.6.6. La contribution du chronosystème dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées 280

2.6.7. Caractérisation des skieurs experts 282

2.7. Conclusion 282

2.7.1. Ouverture vers la troisième partie 284

PARTIE 3 287

ÉTUDE DU PROCESSUS DÉLIBÉRATIF ET DU PROCESSUS DE VALORISATION SOUTENANT LE CHOIX DE L'ACTIVITÉ PRIVÉE À MENER PAR LE SKIEUR DE BOSSES 287

3.1. Introduction 287

3.2. Problématique 290

Section A : La contribution du skieur dans le choix des activités privées 292

3.3. Cadre théorique 292

3.3.1. Conceptualisation de la délibération selon la phénoménologie aristotélicienne de la volonté 294

3.3.2. Conceptualisation de la délibération selon la logique de l'enquête de Dewey 300

3.3.3. Combinaison du cadre théorique aristotélicien de la volonté et du cadre théorique de l'enquête de Dewey pour étudier le processus menant le skieur à choisir une activité privée 312

3.4. Hypothèses de recherche 314

3.5. Méthodologie d'entretien de décryptage 315

3.5.1. L'entretien de décryptage 315

3.5.2. Validité de l'entretien qualitatif et rétrospectif pour accéder à la contribution du skieur dans le choix de ses activités privées 317

3.6. Méthode d'analyse et de résultats 318

3.6.1. Les désirs à l'origine des activités privées 319

3.6.2. Des situations indéterminées à l'origine des activités privées 336

3.6.3. Le jugement pratique et le jugement de valeur rejettent une activité privée potentielle 340

3.6.4. Le jugement pratique et le jugement de valeur déterminent l'activité privée à conduire 342

3.6.5. Les activités privées réflexives prennent la forme d'enquête : trois études de cas de la "Pratique spontanée réflexive – Vidéos des autres" 345

3.7. Discussion 352

3.7.1. Apports et limites des modèles d'Aristote et de Dewey pour l'étude du processus menant au choix des activités privées menées par les skieurs de bosses 352

Section B : Étude individuée de la contribution du skieur au choix des activités privées 359
3.8. Cadre théorique et questions de recherche 359
3.8.1. La sensibilité à oriente le choix des activités privées d'un skieur donné 361
3.9. Méthodologie d'entretien et d'analyse 366
3.9.1. Validité de l'entretien qualitatif et rétrospectif pour accéder aux valeurs, aux normes et aux sensibilités à des skieurs de bosses 367
3.9.2. Méthodologie d'analyse : la présence régulière de valeurs et de normes dans le discours des skieurs de bosses indique la sensibilité à 369
3.10. Résultats : études de cas de quatre sensibilités à 374
3.10.1. La sensibilité à l'avènement de signaux proprioceptifs indicateurs de réussite (ÉNA1H) 375
3.10.2. La sensibilité à l'excellence (ÉNA3H) 381
3.10.3. La sensibilité aux signaux proprioceptifs indicateurs de réussite référés à l'esthétisme parfait et appréciable par les juges (ÉNB6H) 389
3.10.4. La sensibilité à se sentir confiante (ÉNC9F) 391
3.11. Résultats : La construction du modèle de performance idéale repose sur la valorisation d'habiletés techniques et esthétiques 396
3.11.1. Méthodologie d'analyse : Identification du modèle de performance idéale par la présence d'habiletés techniques observées et valorisées 397
3.11.2. Deux études de cas exemplaires de la construction d'un modèle de performance idéale 397
3.12. Discussion et interprétation phénoménologique et énactive de la contribution individuée du skieur au choix de ses activités privées 405
3.12.1. Les valeurs existent au sein de l'interaction entre l'individu et l'environnement... 407
3.12.2. Les valeurs expriment l'individualisation de la culture sportive spécifique du ski de bosses 413
3.12.3. Les valeurs créent des normes endogènes constitutives des sensibilités à et des modèles de performance idéale des skieurs 415
3.12.4. La sensibilité à et le modèle de performance idéale structurent et orientent les activités privées 417
3.13. Conclusion 420
3.13.1. Ouverture vers la quatrième partie 425
PARTIE 4 427
LA CONTRIBUTION DES ACTIVITÉS PRIVÉES AU DÉVELOPPEMENT DE L'EXPERTISE ET DU TALENT EN SKI DE BOSSES : BÉNÉFICES PERÇUS PAR LES SKIEURS 427

4.1. Introduction 427

4.1.1. L'atteinte du statut d'expert et de talentueux repose sur la possession d'habiletés critiques à la performance 434

4.1.2. La performance experte repose sur les habiletés techniques, stratégiques, physiques et mentales 434

4.1.3. Une absence de considération du point de vue personnel des athlètes sur l'apport des pratiques et des jeux dans la littérature sur le développement de l'expertise et du talent 435

4.1.4. Les conséquences retirées des activités privées sont liées aux habiletés mobilisées lors de la pratique du ski de bosses et à la dimension universelle de la culture sportive spécifique du ski de bosses 436

4.1.5. Les activités privées sont valorisées pour leurs conséquences anticipées 438

4.2. Méthode d'entretien 439

4.3. Méthode d'analyse 440

4.4. Résultats 442

4.4.1. Dix-huit rubriques de bénéfices retirés des activités privées 443

4.4.2. Descriptif des sept habiletés critiques en ski de bosses 453

4.4.3. La nature de la modification des bénéfices 455

4.4.4. Les bénéfices retirés des activités privées réflexives sont réinvestis dans les activités privées motrices 456

4.4.5. Un même bénéfice découle de différentes catégories d'activités privées ou d'une même catégorie d'activité privée 457

4.4.6. Les bénéfices retirées et orientés vers la modification d'habiletés critiques au ski de bosses persistent au cours de la carrière sportive 458

4.4.7. Les skieurs de bosses présentent des articulations désir-activité(s) privée(s)-bénéfice(s) identiques et non identiques 460

4.4.8. Articulation des désirs et des bénéfices associés aux activités privées de visionnement de vidéos et leur évolution au cours de la carrière 462

4.5. Discussion 467

4.5.1. Les bénéfices retirés des artefacts vidéos et d'imagerie mentale contribuent au développement de l'expertise et du talent en ski de bosses 474

4.5.2. Les bénéfices retirés du visionnement de vidéos de soi et des autres 474

4.5.3. Les bénéfices retirés des activités privées d'imagerie mentale 477

4.6. Conclusion 478

PARTIE 5 481

DISCUSSION ET CONCLUSION GÉNÉRALE 481
5.1. Les skieurs de bosses experts et prometteurs ont conduit une variété d'activités privées fluctuant au cours de leur carrière sportive 485
5.2. La pertinence et la contribution des activités privées dans l'acquisition de l'expertise en ski de bosses 491
5.2.1. Les activités privées reposent sur l'adéquation entre les exigences motrices et techniques du sport et la dimension universelle de la culture sportive spécifique 491
5.2.2. La présence de catégories d'étayage variées soutient le développement des habiletés critiques pour la performance du skieur 493
5.2.3. Les activités privées menées sont valorisées 494
5.2.4. Les activités privées et les catégories d'étayage sont en cohérence avec la sensibilité à et le modèle de performance idéale du skieur 495
5.3. Modélisation du concept d'Activité privée pour étudier le développement de l'expertise 496
5.3.1. La fin-en-vue, l'habileté critique, l'artefact, l'étayeur et la régulation composent l'activité privée 497
5.3.2. L'agencement des cinq composantes est tributaire de l'athlète, de la situation spatio-temporelle et des stades développementaux en sport 501
5.4. Implications pratiques pour le suivi d'athlètes en psychologie du sport 506
5.4.1. Implications pour le suivi d'athlètes en psychologie du sport : l'évaluation 506
5.4.2. Implications pour le suivi d'athlètes en psychologie du sport : l'intervention 507
5.5. Limites méthodologiques de la recherche 508
5.6. Recherches futures sur l'acquisition de l'expertise en sport par la tenue d'activités privées 510
5.7. Conclusion finale 510
ANNEXE A 513
TYPES DE SAUTS 513
ANNEXE B 517
CRITÈRES DE JUGEMENT LORS DES COMPÉTITIONS EN SKI DE BOSSES 517
ANNEXE C 521
LA DESCRIPTION DE L'ÉQUIPE DU QUÉBEC 521
ANNEXE D 523
LA DESCRIPTION DE L'ÉQUIPE NATIONALE DU CANADA DE SKI ACROBATIQUE – DISCIPLINE BOSSES 523
ANNEXE E 525

DESCRIPTION DES CIRCUITS DE COMPÉTITION EN SKI DE BOSSES 525

ANNEXE F 529
FORMULAIRE DE CONSENTEMENT 529

ANNEXE G 533
INSTRUCTIONS POUR LA VALIDATION DES ANALYSES DE LA PREMIÈRE PARTIE DE LA THÈSE 533

ANNEXE H 543
COMPILATION DES ADÉQUATIONS ACTIVITÉS PRIVÉES – ÉQUIPES DE SKI DE BOSSES – CONSÉQUENCES/BÉNÉFICES SELON LE DÉSIR À L'ORIGINE DE L'ACTIVITÉ PRIVÉE 543

ANNEXE I 561
ANALYSE THÉMATIQUE DES DÉSIRS À L'ORIGINE DES ACTIVITÉS PRIVÉES DES SKIEURS DE BOSSES EXPERTS ET PROMETTEURS 561

ANNEXE J 565
PORTRAIT RÉSUMÉ D'ÉNA1H 565

ANNEXE K 569
LES MOTS-CLÉS D'ÉNA1H COMME EXPRESSION DE SA SENSIBILITÉ À L'AVÈNEMENT DE SIGNAUX PROPRIOCEPTIFS INDICATEUR DE RÉUSSITE 569

ANNEXE L 573
EXTRAITS DE VERBATIM ILLUSTRANT LA CONSTRUCTION DU MODÈLE DE PERFORMANCE IDÉALE (ÉNC7H) – LA TECHNIQUE DE SKI DE BOSSES 573

ANNEXE M 577
EXTRAITS DE VERBATIM ILLUSTRANT LA CONSTRUCTION DU MODÈLE DE PERFORMANCE IDÉALE (ÉNC7H) - LA TECHNIQUE DE SAUTS 577

ANNEXE N 581
MODÈLE DE PERFORMANCE IDÉALE (ÉNA2H) 581

ANNEXE O 583
ANALYSE THÉMATIQUE DES BÉNÉFICES RETIRÉS DE LA CONDUITE DES ACTIVITÉS PRIVÉES 583

ANNEXE P 589
SCHÉMATISATION DE L'ARTICULATION DÉSIR – ACTIVITÉ(S) PRIVÉE(S) – BÉNÉFICE(S) DES SKIEURS DE BOSSES EXPERTS ET PROMETTEURS 589

BIBLIOGRAPHIE 609

LISTE DES FIGURES

Figure Page
Figure 1.0. Illustration des spécificités d'un parcours de bosses et d'un saut 26
Figure 1.1. Continuum des activités prototypiques de Côté et ses collègues (2013) 37
Figure 1.2. : Éléments sollicités lors de l'entretien d'explicitation 70
Figure 1.3. : Organisation thématique des verbatim portant sur les activités privées motrices 92
Figure 1.4. : Organisation thématique des verbatim portant sur les activités privées réflexives ... 93
Figure 1.5. Répartition des activités privées 106
Figure 1.6. Répartition des activités privées selon les équipes 107
Figure 2.1. Représentation des systèmes écologiques en ski de bosses 157
Figure 2.2. Exemple de l'arborescence catégorielle de notre analyse inductive générale 177
Figure 2.3. Schéma des étayages favorisant la mise en place des activités privées selon les microsystèmes 241
Figure 2.4. Schéma des étayages influençant le déroulement des activités privées selon les microsystèmes 243
Figure 2.5. Schéma des moyens favorisant la mise en place et l'autorégulation du déroulement des activités privées 254
Figure 3.1. Schéma chronologique de l'action volontaire et de l'action volontaire et choisie 296
Figure 3.2. Schématisation théorique et hypothétique du processus délibératif et de valorisation menant le skieur à choisir une activité privée 313
Figure 3.3. Informations satellites et émotion dans l'entretien de décryptage 316
Figure 3.4. La sensibilité à l'avènement de signaux proprioceptifs indicateurs de réussite oriente la pratique et les activités privées du skieur de bosses ÉNA1H 378
Figure 3.5. La sensibilité à l'avènement de signaux proprioceptifs indicateurs de réussite oriente l'activité privée d'enquête par le visionnement de vidéos pour réussir l'exécution d'une habileté 380
Figure 3.6. Système instrumental d'activités privées orientées par l'esthétisme 388
Figure 3.7. Articulation des sensibilités à l'esthétisme et à la proprioception 390
Figure 3.8. Schématisation de la sensibilité à se sentir confiante de la skieuse ÉNC9F 392
Figure 3.9. Modèle de performance idéale en ski (ÉNC7H) 400
Figure 3.10. Modèle de la technique idéale des sauts (ÉNC7H) 402
Figure 3.11. Style idéal de skieur de bosses (ÉNA2H) 404
Figure 4.1. Schématisation de l'articulation désir-activité(s) privée(s)-bénéfice(s) du skieur ÉNA1H 461
Figure 5.1. Panorama des activités privées évoquées par les skieurs de bosses 486
Figure 5.2. Composantes de l'activité privée et leurs actualisations (exemple tiré du ski de bosses) 500
Figure 5.3. Opérationnalisation du concept d'Activité privée par l'actualisation des cinq composantes au sein des trois paramètres (exemple tiré de l'entretien du skieur ÉNA3H "Jeu délibéré – Ski libre") 502
Figure 5.4. Exemples de figures droites 513
Figure 5.5. Exemples de figures inversées 514
Figure 5.6. Exemples de figures inversées 515

LISTE DES TABLEAUX

Tableau Page

Tableau 1.1. : Les critères d'identification des pratiques et des jeux associés au développement de l'expertise, du talent et de l'enfant 66
Tableau 1.2. : Formulation des questions proposées par Vermersch (1991) 72
Tableau 1.3. : Grille d'entretien semi-directif et rétrospectif pour le ski de bosses 76
Tableau 1.4. : Répartition des âges au moment de l'entretien 81
Tableau 1.5. : Niveaux de compétition 82
Tableau 1.6. : Trajectoire au sein des différentes équipes de ski de bosses et statut post-entretien selon l'âge d'entrée 85
Tableau 1.7. : Exemple de retranscription d'un verbatim 89
Tableau 1.8. Répartition interindividuelle et intra-individuelle selon le classement d'expertise 109
Tableau 1.9. Panorama des pratiques et des jeux caractérisant le ski de bosses 111
Tableau 1.10. Répartition interindividuelle et intra-individuelle des pratiques délibérées de ski de bosses selon les skieurs et les équipes de ski de bosses 122
Tableau 1.11. Répartition interindividuelle et intra-individuelle des pratiques délibérées réflexives de ski de bosses selon les skieurs et les équipes de ski de bosses 124
Tableau 1.12. Répartition interindividuelle et intra-individuelle des pratiques spontanées de ski de bosses selon les skieurs et les équipes de ski de bosses 126
Tableau 1.13. Répartition interindividuelle et intra-individuelle des pratiques spontanées réflexives de ski de bosses selon les skieurs et les équipes de ski de bosses 128
Tableau 1.14. Répartition interindividuelle et intra-individuelle des jeux délibérés de ski de bosses selon les skieurs et les équipes de ski de bosses 131
Tableau 1.15. Répartition interindividuelle et intra-individuelle des jeux d'exercice de ski de bosses selon les skieurs et les équipes de ski de bosses 133
Tableau 2.1. Identification et définitions des systèmes écologiques de Bronfenbrenner (1977, 1986) et Belsky (1980) 155
Tableau 2.2. Modèles de la tâche et de l'élève (Bruner) 162
Tableau 2.3. Les six conduites du tuteur (Bruner, 1983) 163
Tableau 2.4. Cohortes de skieurs 188
Tableau 2.5. Les stades du DLTA 191
Tableau 2.6. Dispersion des activités privées selon les saisons et les artefacts 198
Tableau 2.7. Activités privées disparaissant au cours du temps 202
Tableau 2.8. Distribution des processus proximaux d'étayages évoqués selon les skieurs et les microsystèmes (occurrences) 206
Tableau 2.9. Niveaux d'expertise parentale 212
Tableau 2.10. Comparaison de l'étayage par enseignement : étayé et étayeur 230
Tableau 2.11. Étayage commun entre la fratrie et les coéquipiers 236
Tableau 2.12. Fréquences d'évocation des catégories d'étayages selon les microsystèmes 245
Tableau 3.1. Les transitions composant l'enquête chez Dewey (1938) 304
Tableau 3.2. Regroupement des verbatim correspondant aux désirs à l'origine de la "Pratique spontanée – Trampoline maison» de trois skieurs de bosses sur l'ÉR 321
Tableau 3.3. Analyse thématique des désirs à l'origine de la "Pratique spontanée – Trampoline maison» de trois skieurs de bosses (ÉR) 322
Tableau 3.4. Exemples de désirs orientés vers des fins-en-vue 330

Tableau 3.5. Simulation de la dimension universelle de la culture sportive spécifique du ski de bosses 384
Tableau 3.6. Comparatif des normalités selon les skieurs et la sensibilité à/modèle de performance idéale 416
Tableau 4.1. Regroupement des verbatim correspondant aux bénéfices à l'origine de la "Pratique spontanée – Trampoline maison" de trois skieurs de bosses sur l'ÉR 441
Tableau 4.2. Analyse thématique des bénéfices découlant de la "Pratique spontanée – Trampoline maison" de trois skieurs de bosses sur l'ÉR 442
Tableau 4.3. Descriptif des habiletés critiques en ski de bosses 454
Tableau 4.4. Les catégories de modification des bénéfices retirés des activités privées 455
Tableau 4.5. Distribution des rubriques de bénéfices selon les équipes de bosses 459
Tableau 4.6. Visionnement de vidéos de soi au cours du développement 464
Tableau 4.7. Visionnement de vidéos des autres au cours du développement 466
Tableau 5.1. Catégories en compétitions de ski de bosses 525
Tableau 5.2. Catégories et thèmes de désirs à l'origine des activités privées évoquées 561
Tableau 5.3. Description des mots-clés d'ÉNA1H 570
Tableau 5.4. Rubriques, catégories et thèmes des bénéfices découlant des activités privées menées 583

LISTE DES ABRÉVIATIONS, SIGLES ET ACRONYMES

ACSA	Association canadienne de ski acrobatique
ADESP	Apprentissage et développement en éducation scolaire et professionnelle
CIO	Comité international olympique
CNRTL	Centre National de Ressources Textuelles et Lexicales
DLTA	Développement à Long Terme de l'Athlète
FFS	Fédération française de ski
FIS	Fédération internationale du Ski
FQSA	Fédération québécoise de ski acrobatique
JLB	Jean-Luc Brassard
JO	Jeux olympiques
OSBL	Organisme sans but lucratif
STAPS	Sciences et techniques des activités physiques et sportives
UQÀM	Université du Québec à Montréal
VHS	Video Home System
ZPD	Zone proximale de développement

Équipes de ski de bosses

EN	Équipe nationale
EQ	Équipe du Québec
ER	Équipe régionale

Activité privée - Autres

AAAT	Autres – Appréciation affective et technique de l'exécution motrice
ACS	Autres – Construction de sauts enneigés
AEAE	Autres – Écouter d'autres entraîneurs
AEAP	Autres – Étayer d'autres personnes
AK	Autres – Kilométrage en ski
AM	Autres – Mixte
APM	Autres – Préparation mentale
ARBS	Autres – Remémoration de bons souvenirs

Activité privée – Jeu d'exercice

JES	Jeu d'exercice – Snowpark
JESL	Jeu d'exercice – Ski libre
JESN	Jeu d'exercice – Sauter sur la neige
JETM	Jeu d'exercice – Trampoline maison

Activité privée – Jeu de règles

JRA	Jeu de règles – Artefact

Activité privée – Jeu délibéré

JDCP	Jeu délibéré – Conditionnement physique
JDR	Jeu délibéré – Rampe d'eau
JDS	Jeu délibéré – Snowpark
JDSL	Jeu délibéré – Ski libre
JDSN	Jeu délibéré – Sauter sur la neige
JDSS	Jeu délibéré – Simulation de sauts
JDT	Jeu délibéré – Tremplin
JDTC	Jeu délibéré – Trampoline centre
JDTM	Jeu délibéré – Trampoline maison

Activité privé – Jeu symbolique

JSA	Jeu symbolique – Artefact
JSI	Jeu symbolique – Imagination
JSSL	Jeu symbolique – Ski libre

Activité privée – Pratique délibérée

PDCE	Pratique délibérée – Camp d'entraînement
PDCG	Pratique délibérée – Gymnastique
PDCP	Pratique délibérée – Conditionnement physique
PDCS	Pratique délibérée – Cours de ski
PDCT	Pratique délibérée – Cours de trampoline
PDJO	Pratique délibérée – Journée optionnelle
PDR	Pratique délibérée – Rampe d'eau
PDSN	Pratique délibérée – Sauter sur la neige

Activité privée – Pratique délibérée réflexive

PDRA	Pratique délibérée réflexive – Artefact
PDRCV	Pratique délibérée réflexive – Comparaison de vidéos de soi et des autres
PDRIM	Pratique délibérée réflexive – Imagerie mentale
PDRL	Pratique délibérée réflexive – Lecture
PDRVA	Pratique délibérée réflexive – Vidéos des autres
PDRVI	Pratique délibérée réflexive – Vidéo instructive
PDRVS	Pratique délibérée réflexive – Vidéos de soi

Activité privée – Pratique spontanée

PSCP	Pratique spontanée – Conditionnement physique
PSR	Pratique spontanée – Rampe d'eau
PSSN	Pratique spontanée – Sauter sur la neige
PSSL	Pratique spontanée – Ski libre
PSS	Pratique spontanée – Snowpark
PSTC	Pratique spontanée – Trampoline centre
PSTM	Pratique spontanée – Trampoline maison

Activité privée – Pratique spontanée réflexive

PSRA	Pratique spontanée réflexive – Artefact
PSRCV	Pratique spontanée réflexive – Comparaison de vidéos de soi et des autres
PSRIM	Pratique spontanée réflexive – Imagerie mentale
PSRO	Pratique spontanée réflexive – Observation des autres
PSRP	Pratique spontanée réflexive – Parler
PSRPH	Pratique spontanée réflexive – Photos
PSRVA	Pratique spontanée réflexive – Vidéos des autres
PSRVS	Pratique spontanée réflexive – Vidéos de soi

RÉSUMÉ

Les skieurs et les skieuses de bosses constituent une communauté d'athlètes talentueux et exceptionnels au sein de la population sportive canadienne : ceux-ci ont remporté quatre médailles aux Jeux olympiques de Sotchi (2014) et leur absence du podium est atypique sur le circuit de la Coupe du monde. Comment ces skieurs et ces skieuses de bosses ont-ils développé une expertise leur permettant d'être parmi les meilleurs, sinon les meilleurs, au monde ?

L'atteinte d'un niveau expert est attribuable à la conduite de pratiques délibérées dirigées par un professeur et visant à améliorer des habiletés critiques à la performance (Ericsson, Krampe et Tesch-Römer, 1993). Ces pratiques ont lieu en dehors des cours institutionnels (entraînements avec l'équipe de sport) (Ericsson et al., 1993). Le développement du talent (et de l'expertise) en sport résulterait d'une accumulation de pratiques délibérées et de jeux délibérés menés au cours de 10 années ou 10 000 heures (Memmert, Baker et Bertsch, 2010). Le jeu délibéré est un engagement précoce dans une activité physique intrinsèquement motivante qui procure une gratification immédiate ainsi qu'une expérience de plaisir (Côté et Hay, 2002). En ayant lieu à l'extérieur de l'institution sportive, ces pratiques et ces jeux sont invisibles au public, suggérant que d'autres formes d'activités existent. Dès lors, cette thèse investigue l'ensemble des situations d'apprentissage menées en dehors des équipes de ski de bosses par des skieurs/skieuses expert(e)s et prometteur(e)s canadiens/canadiennes.

Cette thèse appliquée approfondit la contribution de ces situations d'apprentissage au développement de l'expertise et du talent au moyen du concept d'*Activité privée*, un outil conceptuel qui regroupe l'ensemble de ces situations. Notre méthodologie qualitative, rétrospective et ethnographique traduit le point de vue et l'expérience de ces skieurs et de ces skieuses provenant de la culture sportive spécifique (Darbon, 2002) du ski de bosses au Québec et au Canada.

La première partie de la thèse met en évidence une variété de catégories d'activités privées qui apparaissent, disparaissent ou se maintiennent au cours du développement sportif. Ces activités privées correspondent non seulement à des pratiques et des jeux identifiés dans la littérature sur le développement de l'expertise et du talent (Côté, Erickson et Abernethy, 2013; Ericsson et al., 1993), mais également à des jeux contribuant au développement cognitif et moteur (Piaget, 1945). Les skieurs évoquent aussi des formes d'activités privées "Autres".

La deuxième partie de la thèse montre que le choix et la mise en place des activités privées dépendent de la disponibilité des ressources environnementales (artefacts) et sociales, mais également du contexte spatio-temporel. La mise en place et le déroulement des activités privées sont subordonnés aux *processus proximaux* (Bronfenbrenner, 1977), c'est-à-dire aux *étayages* (Bruner, 1983a) de l'entourage (entraîneurs, parents, fratrie et coéquipiers) et aux moyens d'*autorégulation* (Zimmerman, 2000) de celles-ci.

La troisième partie de la thèse démontre que le choix de l'activité privée à mener découle d'un *désir* (Ross, 1995), orienté vers une *fin-en-vue* (Dewey, 1938), et d'une valorisation pragmatique. Outre ces constats, le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées sont orientés par une *sensibilité à* (Récopé, Rix-Lièvre, Kellin et Boyer, 2014) et un modèle de performance idéale propre à chaque skieur.

La quatrième partie expose les bénéfices retirés des activités privées. Ces bénéfices retirés permettent au skieur de posséder des habiletés critiques (habiletés techniques, physiques, stratégiques, mentales, esthétiques, proprioceptives et visant la performance globale) lui permettant ainsi d'offrir une performance experte et talentueuse en compétition de ski de bosses.

Une modélisation du concept d'*Activité privée* pour étudier le développement de l'expertise en sport est proposée à l'issue des quatre parties de la thèse.

Pour conclure, le parcours non identique de ces skieurs de bosses experts et prometteurs relève d'interactions complexes et dynamiques par la valorisation d'activités privées, qui sont étayées directement ou indirectement par l'entraîneur, la famille et les coéquipiers, mais également par la présence de conditions socioéconomiques et géographiques favorables ou défavorables à la mise en place de certaines activités privées. Enfin, le meilleur skieur de l'échantillon, cinq ans après notre recherche, est non seulement celui ayant mené la plus grande variété d'activités privées orientées par une sensibilité à l'excellence et un modèle de performance idéale, mais il est également celui ayant bénéficié de la plus grande variété d'étayages de son entourage social ; celui ayant retiré la plus grande variété de bénéfices soutenant le développement d'habiletés critiques à la performance experte et talentueuse en ski de bosses.

Mots-clés : expertise, talent, pratique délibérée, jeu délibéré, sensibilité à, ski de bosses, activité privée

INTRODUCTION

10 février 2014 – Épreuve masculine de ski de bosses, Jeux olympiques de Sotchi

Alexandre Bilodeau est en haut de la piste de ski de bosses. Il porte le dossard numéro un et les cinq cercles olympiques. Il s'entraîne depuis plus de 14 ans pour ce moment où il pourra remporter une seconde fois le titre olympique. Dans 10 secondes, il dévalera 230 mètres de bosses, avec une vitesse de quatre bosses à la seconde. Au premier saut, il prendra son envol en exécutant un saut arrière avec une double vrille (Back doublefull). Au deuxième saut, il décollera en réalisant trois vrilles désaxées (Cork 1080°). Les juges l'observeront du bas de la piste. À la fin de la compétition, il sera le premier skieur de bosses ayant réussi à défendre son titre.

Des milliers de personnes furent témoins de ce moment historique où Alexandre Bilodeau a démontré sa supériorité sur les autres skieurs. En effet, en sport, l'établissement de cette supériorité n'est possible que dans un processus de *comparaison sociale* entre les performances de différents athlètes (Famose, 1993). La comparaison des performances des skieurs de bosses amène les médias et la population générale à conclure que le succès d'Alexandre est attribuable (et celui de ses coéquipiers[1]) à son talent : « ils incarnent le talent … » (Parti Québécois, 2014), supposant ainsi qu'il possède une « aptitude particulière à faire quelque chose ; une capacité, un don[2] remarquable (…) »[3]. La performance d'Alexandre serait donc attribuable à ses dispositions naturelles. Or, lui-même nuance cette idée « le talent t'amène à un certain niveau, mais le travail fait le reste » (Gosselin, 2015). En cohérence avec cette affirmation d'Alexandre, la littérature scientifique définit le talent soit comme « une démonstration anormalement élevée d'un niveau de compétence, d'accomplissements ou d'habiletés dans un domaine particulier » [Trad.

---

[1] Dans la même épreuve, Mikaël Kingsbury a remporté la médaille d'argent et Marc-Antoine Gagnon a terminé 4e. Dans l'épreuve féminine, les sœurs Justine et Chloé Dufour-Lapointe ont respectivement remporté la médaille d'or et la médaille d'argent.

[2] « Talent, disposition, qualité de quelqu'un, que l'on considère comme innés, naturels ». Don (s.d.) dans *dictionnaire Larousse en ligne*. Récupéré de http://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/don/26410?q=don#26288.

[3] Définition du sens commun. Talent (s.d.) dans *dictionnaire Larousse en ligne*. Récupéré de http://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/talent/76465?q=talent#75574.

libre] (Bloom, 1985a, p. 5), soit comme la résultante d'un développement entraînant « la maîtrise systématique d'habiletés développées et de savoirs d'un domaine qui place l'individu dans les 10% meilleurs du domaine » [Trad. libre] (Gagné, 2000, p. 67).

Les skieurs/skieuses[4] de bosses canadiens/canadiennes ont remporté lors des Jeux olympiques (JO) de Sotchi (2014) quatre médailles sur une possibilité de six et deux médailles lors des Jeux de Pyeonchang (2018). En plus de ces exploits, les skieurs de bosses canadiens remportent constamment des médailles sur le circuit de la Coupe du monde : le Canada est la deuxième nation ayant remporté le plus grand nombre de médailles sur le circuit de la Coupe du monde (415 médailles, en date de 2017) et le skieur de bosses canadien Mikaël Kinsbury remporte, en 2018, le titre de meneur au classement de la Coupe du monde pour une septième année consécutive. Ce même skieur est également celui ayant remporté le plus grand nombre de victoires en Coupe du monde. Nous pouvons dès lors affirmer que parmi la population de skieurs de bosses canadiens – étant donné leur représentation à haut niveau – beaucoup sont talentueux.

Encore plus, les skieurs constituent une communauté d'athlètes talentueux et exceptionnels au sein de la population sportive canadienne puisqu'ils dominent le circuit de la Coupe du monde depuis plusieurs années et leur absence du podium est atypique : « les Canadiens ont connu une rare journée sans médaille, vendredi, à Lake Placid (…) » (Marois, 2017).

---

[4] Le masculin est utilisé pour alléger le texte, sans préjudice *pour* la forme féminine. Lorsque le féminin est employé, ceci est pour caractériser ou inclure explicitement la population des skieuses.

Cette stabilité des performances canadiennes en ski de bosses incarne la définition de l'expertise : l'expert offre une performance supérieure et constante sur des tâches représentatives du domaine (Ericsson et Charness, 1994). Les skieurs de bosses canadiens sont donc à la fois talentueux et experts. Enfin, le talent et l'expertise d'Alexandre Bilodeau le qualifient comme l'un des plus grands experts du sport puisqu'il est également le premier skieur de bosses à avoir exécuté un back doublefull et un cork 1080° sur le circuit de la Coupe du monde. Cet exploit répond à un autre critère de l'expertise : l'expert dépasse les avancées déjà faites dans le domaine en plus d'y faire des contributions innovantes (Ericsson, Krampe et Tesch-Römer, 1993).

Étudier le développement de l'expertise et du talent des skieurs de bosses canadiens apparaît comme un enjeu scientifique et pratique pour trois raisons. Tout d'abord, les interventions des cliniciens en psychologie du sport se doivent d'être adaptées au sport de leur athlète (Dosil, 2006). Or, les universités canadiennes offrent rarement des cours de psychologie du sport aux étudiants inscrits au programme de psychologie (Laurin-Landry, 2015) alors qu'en œuvrant dans ce milieu ils sont engagés dans un monde pragmatique (Van der Maren, 2011) où ils doivent aider l'athlète à offrir des performances de haut niveau. Le peu de recherches existant sur le ski de bosses, à l'exception des recherches en médecine (Engebretsen et al., 2010; Flørenes, Heir, Nordsletten et Bahr, 2010; Mecharm, Greenwald, Macintyre et Johnson, 1999; Whyte et al., 2004), en biomécanique (Bauer et Zerpa, 1996; Heir, Krosshaug et Ekeland, 2003; Kurpiers, McAlpine et Kersting, 2009) et en histoire (Giel, 1988) rend difficile pour le praticien d'adapter ses interventions. Les quelques recherches en psychologie et en sciences et techniques des activités physiques et sportives (STAPS) portant sur le ski acrobatique ne concernent que les sauteurs acrobatiques (autre discipline du ski acrobatique) (Hauw, Renault et Durand, 2008), excluant ainsi les enjeux liés à la technique de ski de bosses et la vitesse. Dès lors, un

avancement des connaissances scientifiques sur le parcours menant à l'excellence dans le ski de bosses, selon une perspective psychologique et selon une perspective des STAPS, est requis afin d'offrir aux praticiens en psychologie du sport des connaissances scientifiques leur permettant d'enrichir leur compréhension du développement de l'expertise et du talent et de spécialiser leurs interventions auprès de ces pratiquants. De même, cet avancement permettrait de réduire le « fossé » entre la recherche et la pratique en proposant des pratiques théoriques (theorical practices) pour les praticiens et des théories provenant de l'étude des pratiques (theories of practice) (Hassmén, Keegan et Piggott, 2016) des skieurs de bosses. Cet enjeu inscrit donc la thèse dans une démarche de recherche appliquée (*applied research*).

Ensuite, bien que le Canada obtienne généralement de meilleures performances aux JO d'hiver qu'aux JO d'été[5], l'investissement financier dans la détection et le développement du talent est défavorisé (Legg, 2014), malgré sa contribution reconnue dans le succès olympique (De Bosscher, De Knop, van Bottenburg et Shibli, 2006). Comment les skieurs de bosses ont-ils outrepassé ce sous-financement pour développer leur expertise et leur talent ? Une typification des manières dont les skieurs ont développé leur expertise et leur talent pourrait devenir une ressource pour les pratiquants comme pour les entraîneurs et les professionnels les accompagnant.

Enfin, les athlètes canadiens de haut niveau participant aux Jeux olympiques d'hiver consacrent de 36 à 42 heures par semaine à leur sport, dont presque la moitié de ces heures (entre 43% et 50%) se déroule sans la présence de leur entraîneur et sans que

---

[5] Aux JO de Vancouver (2010), le Canada s'est classé 1er au tableau des médailles. Aux JO de Londres (2012), il s'est classé au 26e rang. Canada aux Jeux olympiques. (s.d.) Dans *Wikipédia*. Récupéré le 12 juin 2017 de https://fr.wikipedia.org/wiki/Canada_aux_Jeux_olympiques.

l'affectation de ces heures ne soit précisée[6] (Les Associés de Recherche Ekos Inc., 2010). Cette omission laisse donc à notre recherche la possibilité de découvrir ce que les skieurs de bosses font en dehors de leur entraînement institutionnel afin d'améliorer leur performance. Plus encore, cette statistique signifie que même lorsque l'athlète atteint un haut niveau dans son sport, celui-ci consacrera toujours du temps à des activités extérieures au milieu institutionnel, laissant présager que l'entraînement en milieu institutionnel n'est pas suffisant pour mener l'athlète au plus haut niveau de performance de son sport.

Ces deux derniers enjeux supposent une prise en charge du développement de son expertise et de son talent par l'athlète. Cette hypothèse est crédible en ski de bosses pour deux raisons : 1) par mon expérience antérieure de compétitrice de ski de bosses et d'entraîneure d'un skieur de bosses exceptionnel; 2) par la reconnaissance scientifique du développement de l'expertise et du talent au moyen de pratiques délibérées et de jeux délibérés menés à l'extérieur de l'institution.

1. Mon expérience antérieure de skieuse de bosses et d'entraîneure de Benoît[7], skieur de bosses exceptionnel, membre de la communauté de skieurs de bosses experts et talentueux

Ayant débuté la pratique du ski de bosses à la fin des années 90 et ayant atteint le circuit de compétition Nord-Américain, j'ai côtoyé, en entraînement et en

---

[6] Généralement, lors des entraînements officiels en milieux institutionnalisés, l'entraîneur est toujours présent. Nous avons supposé que le nombre d'heures par semaine dédiées aux entraînements et aux compétitions pouvait inclure les heures d'entraînement avec l'entraîneur. En soustrayant le nombre d'heures d'entraînement en présence de l'entraîneur au nombre d'heures d'entraînement et de compétition, on constate que ces athlètes disposent de 15.4 heures à 20.8 heures par semaine, volume pour lequel il n'est pas précisé d'activités particulières.

[7] Nom fictif afin de préserver la confidentialité.

compétition, certains skieurs de cette communauté de skieurs experts et talentueux. Tout comme eux, j'ai participé à des entraînements hors institutions[8], c'est-à-dire des cours privés[9] de ski, de trampoline et de rampe d'eau. Cette expérience me permet de confirmer la prise en charge, par le skieur (avec l'aide de ses parents), du développement de son talent et de son expertise en dehors des équipes de ski de bosses.

Suivant ma retraite des circuits de compétition canadien et nord-américain, je suis devenue entraîneure d'une équipe de skieurs de bosses[10] de niveau régional[11]. Cette équipe régionale comprenait plusieurs skieurs – dont certain(e)s futur(e)s skieurs/skieuses de cette communauté de skieurs experts et talentueux – qui se démarquaient des skieurs dans les compétitions régionales, provinciales et canadiennes. Lors de mes premières années d'entraîneure sur cette équipe, j'ai eu la chance d'entraîner Benoît, un skieur exceptionnel.

Bien que l'équipe possédât déjà un haut niveau de performance et qu'il participât, comme ses équipiers, aux entraînements institutionnels[12], Benoît obtenait des performances supérieures en termes de stabilité (régularité dans le temps) et de classement dans les compétitions. Ce skieur occupait régulièrement la première place du podium et, si ce n'était pas le cas, la deuxième ou la troisième marche. Il se

---

[8] Lors de mes années d'entraîneure, j'organise et je dirige moi-même ces entraînements hors institutions.

[9] Les skieurs (les parents) rémunèrent un entraîneur pour des entraînements privés individuels ou en groupe.

[10] Il est à noter que cette équipe comportait des skieurs et des skieuses qui se classaient parmi les meilleurs lors des compétitions régionales, provinciales et canadiennes.

[11] Cette équipe donne accès au premier niveau de compétition accessible en ski de bosses. Elle regroupe des skieurs âgés de 6 à 18 ans. Ces athlètes font de la compétition aux niveaux régional, provincial, canadien et parfois nord-américain.

[12] Programme d'entraînement de l'équipe de ski de bosses régionale.

distinguait par la qualité de son ski (un positionnement corporel esthétique, l'absence d'erreurs flagrantes, la stabilité du corps, une ligne de pente directe), par la qualité de ses sauts (coefficient de difficulté élevé, exécution esthétiquement meilleure que celle de skieurs de plus haut niveau que lui, sens aérien développé) et par sa vitesse de descente. Sa distinction lui permettait même d'obtenir des pointages plus élevés que d'autres skieurs plus âgés ou plus expérimentés. Aujourd'hui, Benoît est l'un des skieurs de bosses les plus médaillés sur les circuits de compétition internationaux.

Comment expliquer que Benoît soit devenu un cas aussi exceptionnel alors qu'il suivait les mêmes entraînements institutionnels et hors institutions que les autres skieurs qui étaient aussi très bons ? Aurait-il bénéficié d'autres occasions d'apprentissage et de développement de son expertise et de son talent ?

En y réfléchissant rétrospectivement, d'autres occasions d'apprentissage ont pu contribuer au développement de son expertise et de son talent. En effet, Benoît restait sur les pistes de ski après les heures d'entraînement et construisait un saut à côté de son chalet. Ses coéquipiers et sa famille l'accompagnaient parfois. Il discutait régulièrement avec ses coéquipiers des descentes des meilleurs skieurs de bosses du circuit de la Coupe du monde et des chutes les plus spectaculaires qu'il avait visionnées sur vidéo. Il se démarquait aussi par son désir d'apprendre, de s'améliorer et de repousser ses limites.

Mon observation du développement de l'expertise et du talent de Benoît, au même titre ou presque que les spectateurs ayant observé la performance d'Alexandre Bilodeau aux JO de Sotchi, repose sur la face visible de l'entraînement institutionnel et de la privatisation des entraînements hors institutions. Or, mon observation du cas de Benoît, lors de mon travail d'entraîneure, suggère que ceux-ci sont insuffisants pour mener l'athlète au plus haut niveau de performance de son sport. Le

questionnement de cette thèse repose donc sur l'étude de ce que les skieurs ont fait en dehors de la sphère visible pour développer leur expertise et leur talent en ski de bosses. Cette proposition de recherche suscitée par mon expérience personnelle dans ce milieu m'amène donc à la transformer en problème pouvant être étudié (Soydan, 2002). En effet, « les problèmes émergent avant même de pouvoir être étudiés (...) (ils) sont générés soit de manière interne ou externe à la théorie scientifique (...) émergeant de manière externe (...) dans les activités de tous les jours des individus » (Soydan, 2002, p. 298).

La présentation de mon expérience en tant que pratiquante et entraîneure en ski de bosses alimente la problématisation pratique justifiant la création de la thèse (Maxwell, 2005) et l'inscrivant dans une démarche de recherche appliquée. En plus de cette expérience, mon inscription dans un doctorat comportant un profil double (recherche-intervention) au sein d'une cotutelle regroupant deux disciplines (psychologie/STAPS) révèle qu'elle sera réalisée par une praticienne-chercheure (*practioner-researcher*) (De Lavergne, 2007). Je suis une praticienne qui cherche à comprendre les situations d'apprentissages hors institutions ayant permis à Benoît d'être meilleur que les autres malgré les mêmes entraînements institutionnels. Je suis aussi une chercheure qui pratique et qui souhaite développer mes/des connaissances sur le développement de l'expertise et du talent en sport et offrir les retombées de la thèse aux autres praticiens en psychologie du sport. La précision de cette posture est importante puisque « le chercheur est à l'origine de la recherche » (De Lavergne, 2007, p. 34) et que le chercheur « est un instrument de l'enquête et que l'enquête est inséparable de qui est le chercheur » (Louis, 1991, p. 842).

2. La pratique délibérée et le jeu délibéré contribuent au développement de l'expertise et du talent

Selon la littérature scientifique en psychologie, l'atteinte d'un niveau expert est attribuable à la conduite de pratiques délibérées, c'est-à-dire des pratiques dirigées par un professeur et visant à améliorer ou maintenir des habiletés particulièrement critiques pour la performance (Ericsson et Charness, 1994; Ericsson et al., 1993). Celles-ci ont lieu entre deux cours institutionnels (Ericsson et al., 1993), c'est-à-dire entre deux entraînements avec l'équipe de ski de bosses[13]. Pour devenir experts, les individus doivent consacrer 10 ans[14] ou 10 000 heures à la conduite de pratiques délibérées (Ericsson et al., 1993). Il est donc fort probable que les skieurs, une fois le niveau international atteint, poursuivent la tenue de pratiques délibérées. De même, il est plausible qu'ils aient également conduit des pratiques délibérées sur l'équipe régionale parce que les cours privés de ski, de trampoline et de rampes d'eau rejoignent la définition de la pratique délibérée.

Le développement du talent en sport serait attribuable à la fois aux pratiques délibérées et aux jeux délibérés (Côté, 1999; Côté et al., 2013; Côté, Hancock et Abernethy, 2014). Le jeu délibéré se définit comme un engagement précoce dans une activité physique intrinsèquement motivante qui procure une gratification immédiate ainsi qu'une expérience de plaisir (Côté et Hay, 2002). Le jeu délibéré est présent lors des premières années de pratique sportive d'athlètes experts et talentueux (Côté, 1999).

Ainsi, le statut actuel de Benoît et la présence d'une communauté de skieurs de bosses experts et talentueux nous permettent d'émettre l'hypothèse qu'ils ont probablement conduit des pratiques délibérées et des jeux délibérés en supplément de

---

[13] Les entraînements de ski de bosses ont lieu la fin de semaine (week-end). Ainsi, les pratiques délibérées auraient lieu la semaine ou les soirs de fin de semaine.

[14] La statistique de 10 ans pour devenir un expert est souvent attribuée à Ericsson, alors que Simon et Chase (1973) sont les premiers à avoir soutenu que l'expertise n'est atteinte qu'après 10 ans de pratique intensive.

leur entraînement institutionnel. Cette hypothèse est en cohérence avec mon expérience de compétitrice et d'entraîneure qui me permet d'appréhender de manière mondaine le parcours d'entraînement institutionnel et non institutionnel des skieurs de bosses canadiens.

Bien que cette hypothèse soit crédible pour expliquer les performances exceptionnelles de Benoît et des autres skieurs, il demeure que d'autres occasions d'apprentissage extérieures à l'entraînement institutionnel des équipes de ski de bosses ont pu contribuer au développement de leur expertise et de leur talent, notamment le visionnement de vidéos. Dès lors, cette thèse a pour enjeu d'étudier la contribution de toutes les situations d'apprentissage menées en dehors des équipes de ski de bosses – incluant la pratique délibérée et le jeu délibéré – par des skieurs de bosses experts[15] et prometteurs[16] canadiens, et ce, tout au long de leur carrière sportive.

Pour ce faire, nous devrons sans doute rompre avec le courant actuel de l'étude du développement de l'expertise et du talent en sport, qui repose sur la comptabilisation d'heures de pratique délibérée et de jeu délibéré accumulée au cours de la carrière, et ce, malgré la considération des cadres théoriques d'Ericsson (Ericsson et al., 1993) et de Côté (Côté et al., 2013, 2014). Cette orientation de notre réflexion s'appuie sur les constats suivants : la quantité accumulée de pratiques délibérées ne garantit pas l'atteinte de l'expertise (Baker, Côté et Abernethy, 2003; Catteeuw, Helsen, Gilis et Wagemans, 2009; Hayman, Polman, Taylor, Hemmings et Borkoles, 2011; Johnson, Tenenbaum, Edmonds et Castillo, 2008) et ce serait plutôt la qualité des pratiques

---

[15] Membres de l'équipe nationale du Canada.

[16] Skieurs membres de l'équipe du Québec. Ces skieurs sont en processus d'acquisition de l'expertise et du talent.

délibérées qui serait significative dans le développement de l'expertise (Miksza, 2011). Les études doivent désormais accéder à la qualité de l'activité puisque la quantité n'existe pas seule : « la quantité c'est la qualité niée, mais non la qualité supprimée » (Canguilhem, 2007, p. 66). Or, cette perspective de recherche est, à notre connaissance, non investiguée à ce jour.

Dès lors, nous proposons d'étudier le développement de l'expertise et du talent en ski de bosses au moyen du concept d'*Activité privée*, un outil conceptuel qui regroupe l'ensemble des situations d'apprentissage conduites à l'extérieur de l'institution et qui oriente notre démarche scientifique.

Objet d'étude : Les activités privées des skieurs de bosses experts et prometteurs au Canada

Pour caractériser les activités privées et expliquer comment celles-ci ont contribué au développement de l'expertise et du talent en ski de bosses, une clarification des termes composant cette expression est nécessaire.

La notion d'« *Activité* » s'appuie sur quatre perspectives théoriques portant sur le développement humain et/ou l'apprentissage : la théorie de l'activité, l'approche écologique de Bronfenbrenner (1977), l'approche pragmatique de Dewey (1938) et la phénoménologie énactive. Bien que ces théories appartiennent à des épistémologies différentes, Stetsenko (2008) démontre qu'elles partagent une même ontologie dans laquelle nous inscrivons la thèse : l'individu a un engagement actif avec le monde au travers duquel il apprend et se développe. Cet engagement est un « processus fluide et dynamique qui prend place à la fois chez l'individu et dans son monde, mais également à l'intersection des deux, qui change constamment et qui ne suit jamais un

chemin préprogrammé » [Trad. libre][17] (Stetsenko, 2008, p. 478). Ce processus se traduit dans les actions humaines et les activités, où les individus sont amenés à se connaître et à connaître le monde les entourant, ils deviennent des agents actifs et contributifs. Ensemble, ils transforment leur monde et sont transformés par lui et chaque individu a un rôle important à y jouer. Leur rencontre transcende leur séparation et leur activité « devient maintenant le principe ontologique suprême en amenant l'individu à être en relation avec son monde et les uns avec les autres » [Trad. libre][18] (Stetsenko, 2008, p. 479). Dans ces activités, les individus créent l'histoire et la culture tout comme ils sont réciproquement influencés par celles-ci. Stetsenko (2008, p. 487) précise :

> L'apprentissage devient un moyen de créer son identité en trouvant sa place parmi les autres et, finalement, en trouvant un moyen de contribuer au flux continu des pratiques socioculturelles. L'apprentissage apparaît comme un projet où l'individu s'efforce constamment de se joindre aux pratiques historiquement évolutives et transformatrices de l'humanité et, par là même, de devenir un être humain unique [Trad. libre][19].

De ces perspectives théoriques, nous avons donc sélectionné six composantes de l'activité qui permettront de répondre à notre ambition de recherche. Ces composantes et ces perspectives théoriques sont présentées ci-dessous, tout comme leurs implications dans cette recherche.

---

[17] Development and learning (...) are seen as existing in the flux of individuals relating to their world, driven by relational processes and their unfolding logic, and therefore as not being constrained by rigidly imposed, pre-programmed scripts and rules.

[18] Activity now becomes the supreme ontological principle, bringing organisms into relations with the world and with each other.

[19] Learning appears as the pathway to creating one's identity by finding one's place among other people and, ultimately, finding a way to contribute to the continuous flow of sociocultural practices. Learning appears as a project of constantly striving to join in with historically evolving, transformative practices of humanity and, through this, of becoming oneself – a unique human being who represents a distinctive and irreplaceable (...).

L'activité :	*Cadres théoriques*	Implications pour cette recherche
repose sur la relation dialectique importante et significative entre un sujet (humain) et un objet (ce qui est fait), dont les retombées peuvent être intentionnelles ou non[20] (Hasan et Kazlauskas, 2014)	*La théorie de l'activité*	L'activité du skieur est intrinsèquement liée à l'individu qui la conduit et elle implique des retombées
est médiatisée par les outils physiques et psychologiques (Hasan et Kazlauskas, 2014, p. 9)	*La théorie de l'activité*	L'activité du skieur repose sur des outils physiques que nous nommerons artefacts (ex. le trampoline) et des outils psychologiques, tel le discours de l'entraîneur.
se produit dans une situation s'inscrivant dans un espace-temps particulier, évolutif et comportant des caractéristiques physiques particulières et des personnes occupant différents rôles (Bronfenbrenner, 1977). S'inscrit dans la culture et l'histoire (Engeström, 2011)	*Approche écologique* et *la théorie de l'activité*	L'activité du skieur est influencée par les différents systèmes écologiques qui l'entourent (l'entourage social, les financements du sport au Canada, l'époque à laquelle elle est conduite, etc.)
se manifeste par une série d'actes, transformant continuellement le présent par ses conséquences et les expériences précédentes[21] (Mayhew et Edwards, 2007, p. 414)	*Pragmatisme*	L'activité du skieur contribue au développement de son expertise et de son talent parce qu'elle transforme ses habiletés qui sont critiques à la performance en ski de bosses
s'intègre au sein de la totalité du système d'activité de l'individu et son objet « donne un sens à long terme à l'activité » (Engeström, 2011, p. 171)	*La théorie de l'activité*	L'activité du skieur est orientée vers le développement d'habiletés critiques qui lui permettra un jour d'être un skieur expert et talentueux

[20] In Activity Theory, the relationship between subject (human doer) and object (the thing being done) forms the core of an activity. The object of an activity encompasses the activity's focus and purpose while the subject, a person or group engaged in the activity, incorporates the subject's/s' various motives. The outcomes of an activity can be the intended ones, but there can also be others that are unintended.

[21] In a series of acts which constitute an activity, there is a continuing transformation of the present in the light of the consequences and meaning of the past action.

est asymétrique, puisque l'acteur (agent) régule, par lui-même et pour lui, son interaction avec l'environnement (Di Paolo, 2005)	*Phénoménologie énactive*	L'activité du skieur est conçue par lui et pour lui

En cohérence avec notre posture ontologique présentée précédemment, la notion d'activité s'appuie également sur l'anthropologie des pratiques sportives (Darbon, 2002). Nous proposons que l'activité (et les outils la composant) du skieur est spécialisée à la culture sportive spécifique du ski de bosses au Québec et au Canada, inscrivant ainsi la thèse dans une perspective ethnographique (Krane et Baird, 2005).

La notion « *Privée* » correspond à la partie invisible des activités conduites à l'extérieur de l'institution. En s'appuyant sur les écrits comparant les espaces publics et les espaces privés (Cabanes et Georges, 2009), la vie privée et la vie publique (Beignier, 1997), la sphère publique et la sphère privée (Goodman, 1992), nous avons dégagé quatre éléments distinguant le privé du public.

La notion privée signifie que les activités des skieurs ont lieu dans un espace de vie privée où les individus sont autonomes (ex. la maison) (Cabanes et Georges, 2009), où ils conduisent une activité personnelle. Cet espace de vie privée lui étant propre, il est maître de l'interdire à autrui (Beignier, 1997), autrement dit le skieur peut décider quelles personnes participeront ou non à son activité privée. Cet espace de vie privée n'est pas directement contrôlé par les règles de l'institution (Goodman, 1992) sportive, l'activité privée n'est donc pas soumise aux règles du sport. Néanmoins, cet espace de vie privée peut se projeter dans l'espace public (Cabanes et Georges, 2009), indiquant ainsi que les apprentissages peuvent se transférer vers le milieu institutionnel. En d'autres mots, les retombées de la transformation des habiletés

critiques lors de l'activité privée se transposent dans les performances en entraînement et en compétition des skieurs de bosses.

Ainsi, le concept d'*Activité privée* constitue nos « lunettes de chercheur » (Maxwell, 2005) qui nous aideront à appréhender et à caractériser l'ensemble des situations d'apprentissage conduites à l'extérieur de l'institution et leur manière de contribuer au développement de l'expertise et du talent de skieurs de bosses experts et prometteurs provenant du Canada.

Deux questions de recherche sont posées :

1- Quelles activités privées des skieurs/skieuses de bosses expert(e)s et prometteur(e)s ont-ils menées au cours de leur carrière sportive ?
2- Comment celles-ci ont-elles contribué, selon eux/elles, au développement de leur expertise et de leur talent ?

Ces deux questions de recherche reflètent l'inscription de la thèse dans la recherche appliquée et elles permettront de répondre aux enjeux scientifiques et pratiques évoqués plus haut puisqu'elles répondent aux critères pratiques et aux critères scientifiques (Maxwell, 2005; Soydan, 2002). L'étude de la variété d'activités privées réalisées et de la contribution de celles-ci selon le point de vue des skieurs renforce notre démarche ethnographique (Krane et Baird, 2005) visant à comprendre leur expérience.

Pour répondre à ces questions et aux enjeux présentés en début d'introduction, nous adoptons une méthodologie qualitative descriptive et descriptive-explicative (Trudel, Simard et Vonarx, 2006, p. 41) :

> Lorsque nous désirons définir quelque chose, un phénomène, des questions comme : « Qu'est-ce que c'est? Qu'est-ce qui se passe ici ? », nous sommes en présence d'une recherche de type descriptive. Lorsque des interrogations comme : « Comment le phénomène se présente statistiquement ou dynamiquement? Comment se comporte le phénomène ? » dirigent la recherche, celles-ci sont dites descriptive-explicative.

La méthodologie descriptive permettra de découvrir la nature spécifique (Lambert et Lambert, 2012) de la contribution des activités privées au développement de l'expertise et du talent en ski de bosses. D'ailleurs, O'Halloran, Littlewood, Richardson, Tod et Nesti (2018) et Krane et Baird (2005) déclarent que les méthodologies de recherches en psychologie du sport doivent être diversifiées afin de densifier les connaissances et la compréhension des concepts, notamment en accordant de l'importance à l'étude phénoménologique de l'expérience subjective des athlètes. L'adoption d'un point de vue qualitatif permettra également de mettre « l'emphase sur des situations spécifiques et des personnes, une emphase sur les mots et non les nombres (...) sur le contexte dans lequel le participant agit, et l'influence du contexte sur ses actions (...) sur le processus par lequel les événements et les actions se sont produits » [Trad. libre] (Maxwell, 2005, p. 22-23). De cette manière, il sera possible de nuancer l'emploi de théories générales en psychologie du sport en offrant une théorisation liée au contexte de pratique, au niveau de performance, au sport et à la culture (Hassmén et al., 2016).

Grâce à mon expérience antérieure dans le milieu du ski de bosses, je comprends et je possède « les compétences et l'expertise des actions constitutives du domaine pour être en mesure d'entreprendre une recherche dans ce domaine » [Trad.

libre][22] (Vaughan, 2017, p. 10-11), condition indispensable pour réaliser une recherche appliquée et être une praticienne-chercheure. Cette même expérience me procure une crédibilité et une reconnaissance d'être l'une des leurs (skieurs), condition sine qua non de la démarche ethnographique qui permet la proximité entre les participants et le chercheur (Marchive, 2012). Cette compréhension et cette familiarité avec les skieurs de bosses provenant du Canada suscitera la confiance nécessaire pour qu'ils se livrent et évoquent leur intimité.

Étant donné mon expérience antérieure comme skieuse et entraîneure et puisque l'enjeu rétrospectif des questions de recherche ne favorise pas l'emploi d'une méthode d'observation (première méthode de collecte de données en recherche ethnographique), nous avons décidé de nous limiter à des entretiens orientés vers l'expérience personnelle des skieurs. Cette décision est acceptable puisque les entretiens « sont au cœur de la démarche ethnographique puisqu'ils cherchent les mots des individus étudiés, l'accès à des mots riches étant le meilleur, de cette façon nous pouvons comprendre leurs situations avec une clarté accrue » [Trad. libre][23] (Ely, Anzul, Friedman, Garner et McCormack-Steinmetz, 1991, p. 58).

Ainsi, des entretiens rétrospectifs sont réalisés afin de retracer les activités privées menées par les skieurs tout au long de leur carrière et l'analyse de ces entretiens décrit et explique leur contribution au développement de l'expertise et du talent en ski de bosses. Ces entretiens permettront de « produire des données discursives donnant accès aux représentations émiques *(emic),* autochtones, indigènes,

---

[22] The practioner-researcher has the skills and expertise in the actions of the field to be able to undertake situated research within it.

[23] Interviews are at the heart of doing ethnography because they seek the words of the people we are studying, the richer the better, so that we can understand their situations with increasing clarity.

locales » (Olivier de Sardan, 1995, p. 7) de cette communauté d'experts et de talentueux en ski de bosses au Canada.

Étant donné l'inscription théorique multiple du concept d'activité privée, l'étude de la contribution des activités privées dans le développement de l'expertise et du talent en ski de bosses se produit dans quatre parties distinctes. Ces quatre parties s'articulent entre elles puisqu'elles reposent sur un processus itératif : « un va-et-vient entre problématique et données, interprétation et résultats. (..) (où) la phase de production des données peut être analysée comme une restructuration incessante de la problématique au contact de celles-ci, et comme un réaménagement permanent du cadre interprétatif au fur et à mesure que les éléments empiriques s'accumulent » (Olivier de Sardan, 1995, p. 15). Ces quatre parties ont chacune leur propre cadre théorique – provenant de notre définition du concept d'activité privée et dont nous discuterons de la compatibilité épistémologique – permettant de répondre à des questions de recherche lui étant spécifiques puisque « le savoir n'est jamais qu'un moyen, et c'est aller contre la nature que de le présenter seul, sans le relier à un but qu'il a pour mission de faire atteindre » (Claparède, 2003, p. 40). Les quatre parties se distinguent également entre elles par l'adoption de méthodes d'analyses différentes, ayant pour conséquence une variation dans le ton et dans la rédaction. Plusieurs notes de bas de page sont présentes tout au long de la thèse afin d'offrir une référence (site web plus particulièrement) ; de donner une définition d'un terme ; de préciser des aspects du sport; préciser des éléments d'une recherche ; de spécifier des termes pour les lecteurs français ; de montrer la version originale anglaise de notre traduction libre ; d'expliquer les adaptations/décisions que nous avons faites ; de détailler notre procédure méthodologique et de préciser nos résultats.

Ainsi, la première partie de la thèse a pour objectif de répertorier les activités privées menées par les skieurs de bosses, du début de leur pratique jusqu'au moment des

entretiens. Ce répertoire sera mis en correspondance avec les activités prototypiques identifiées les écrits scientifiques sur la psychologie du sport (ex. pratique délibérée, jeu délibéré, etc.) (Côté et al., 2013) afin de conforter ou d'enrichir les connaissances actuelles. Dans cette partie, nous considérerons à la fois les recherches sur le développement de l'expertise (les écrits d'Ericsson) et celles sur le développement du talent (les écrits de Bloom et de Côté) puisque les skieurs de bosses canadiens démontrent une maîtrise supérieure et durable des habiletés d'un domaine.

La deuxième partie de la thèse adopte une approche écologique (Bronfenbrenner, 1977) pour étudier la contribution des différents systèmes dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées. Cette perspective de recherche expliquera comment la présence de conditions (opportunités) environnementales permet la mise en place des pratiques délibérées (Ericsson et al., 1993). De plus, l'accent sera mis sur la contribution de l'entourage social dans les activités privées puisque Benoît a conduit des activités avec sa famille et ses coéquipiers et parce que les travaux de Bloom et Côté (Bloom, 1985a; Côté, 1999) montrent une contribution importante de l'entourage social dans le développement du talent en sport.

La troisième partie de la thèse a pour objectif de proposer une conceptualisation du processus délibéré menant le skieur à choisir une activité privée et à actualiser la manière d'étudier le développement de l'expertise. Pour ce faire, nous adopterons, dans une première section (A), une posture d'analyse aristotélicienne (Ross, 1995) et pragmatique (Dewey, 1938) et, dans une seconde section (B), une posture phénoménologique et énactive (Récopé, Rix-Lièvre, Kellin et Boyer, 2014). Cette perspective de recherche vise à rendre compte du lien entre l'activité privée menée et le skieur qui l'évoque et comment celle-ci a pu contribuer au développement de son expertise et son talent. Cette partie permettra également de préciser la définition du

terme « délibéré(e) » associé à la pratique et au jeu et d'introduire le concept de valorisation.

La quatrième partie de la thèse a pour objectif de présenter les bénéfices perçus de la réalisation des activités privées – en termes d'aspect critique (Ericsson et al., 1993) et d'apprentissage implicite (Côté et al., 2013) – dans l'acquisition de l'expertise des skieurs de bosses. De cette manière, l'adéquation entre l'activité privée et la culture sportive spécifique sera précisée et les habiletés critiques développées par la conduite d'activités privées seront identifiées. Cette partie propose donc une explication de la contribution des activités privées par le transfert des habiletés critiques en milieu institutionnel, c'est-à-dire dans les performances en compétition attribuant le statut d'experts et de talentueux.

Enfin, l'étude du développement de l'expertise dans un sport spécifique nécessite une présentation de la discipline du ski de bosses puisqu'il existe autant de cultures sportives que de pratiques sportives différenciées, mises en évidence par l'identification des *invariants* ou des *universaux* culturels spécifiques de chaque sport (Darbon, 2002). La pratique du ski de bosses est donc immergée dans un contexte culturel local, c'est-à-dire celui du Québec et du Canada. Dès lors, un préambule caractérisant la culture sportive spécifique (Darbon, 2002) du ski de bosses précède la présentation des quatre parties de la thèse.

PRÉAMBULE : CARACTÉRISATION DE LE CULTURE SPORTIVE SPÉCIFIQUE DU SKI DE BOSSES AU QUÉBEC ET AU CANADA

> *Mon frère fait ça, c'est cool, faque moi aussi j'ai le goût d'aller skier dans les sous-bois, faire des bosses, pis un moment donné ça s'est en venu de plus en plus ben crime prend les bosses, prend les sous-bois, prend les big air, pratiquer les sauts. Crime, on peut faire des compétitions à faire ça (...) qu'on a commencé à faire des compétitions, c'est là que j'ai vu qu'il y avait des compétitions qui s'offrait à nous. Pis j'ai comme développé un plus grand intérêt encore (14).*
>
> *ÉNA4H – À propos des raisons qui l'on amené à faire du ski de bosses*

Ce travail de thèse porte sur un sport spécifique : le ski de bosses. Or il existe autant de cultures sportives que de pratiques sportives différenciées (Darbon, 2002). Pour cette raison, l'étude du développement de l'expertise et du talent au moyen d'activités privées conduites par les skieurs participants à notre recherche nécessite une compréhension de la discipline du ski de bosses, mais aussi une mise en contexte du milieu du ski de bosses canadien et québécois. Darbon (2002) souligne en effet l'existence d'une nécessaire réinterprétation des cultures sportives « en fonction des contextes au sein desquels elles sont immergées : on assiste alors à un jeu dialectique complexe entre la dimension universelle et la dimension contextuelle des cultures sportives » (Darbon, 2002., p. 6).

Ce préambule débute par une brève présentation du concept de la *culture sportive spécifique* de Darbon (2002), pour, par la suite, s'attarder à la culture sportive spécifique du ski de bosses et, plus particulièrement, aux éléments qui la caractérisent : l'histoire du ski de bosses, la description du sport et des habiletés requises des skieurs, l'explication des critères de jugements utilisés lors des compétitions et le portrait des différentes équipes de ski de bosses au Québec et au Canada.

La culture sportive spécifique du ski de bosses

La culture sportive spécifique correspond à une « combinaison spécifique de pratiques, de comportements, de rapport au corps et de systèmes de valeurs caractéristiques du groupe des pratiquants d'un sport donné » (Darbon, 2002, p. 4). Tel que mentionné ci-haut, il existe autant de cultures sportives que de pratiques sportives différenciées (Darbon, 2002) (ex. la manière de pratiquer le ski de bosses en France est probablement différente de celle au Canada).

Néanmoins, la culture sportive spécifique possède une dimension universelle par la présence de règles identiques d'un pays à l'autre, qui constituent « un moteur d'élaboration et de consolidation d'une culture sportive » (Darbon, 2002, p. 4), comme en atteste l'organisation de compétitions internationales (ex. les JO, la Coupe du monde, etc.). Les règles d'un sport investissent chaque pratique d'un ensemble de propriétés formelles spécifiques à celui-ci (Darbon, 2002). Par exemple, dans les sports jugés, la performance des sportifs est évaluée selon un code qui fixe des contraintes aux sportifs, telles une composition d'enchaînements (Cadopi, 1995) (ex. les skieurs de bosses doivent effectuer deux sauts différents), et leur performance est jugée selon un standard de référence (Cadopi, 1995). Le skieur de bosses doit donc connaître les critères de jugement qui influencent sa performance.

Outre la dimension universelle, la culture sportive spécifique possède également une dimension contextuelle, liée au contexte socioculturel et à une époque historique précise puisque « les cultures sportives changent au cours du temps » (Darbon, 2002, p. 6). Par exemple, l'ajout des sauts inversés en 2002 et la possibilité d'ajouter des « prises » ("grab» en anglais, c'est-à-dire de saisir un endroit sur ses skis lors de l'exécution d'une figure) ont influencé les sauts exécutés, et ce, tout particulièrement

chez les Russes et les Kazakhstanais qui, pour la majorité, saisissent leurs skis en cours de saut. Cette manière de sauter les distingue des autres skieurs.

Les skieurs experts et prometteurs participant à cette étude seront les meilleurs représentants en acte de la culture sportive spécifique du ski de bosses (au Canada et au Québec).

L'histoire du ski de bosses

En 1979, la Fédération internationale de ski (FIS) reconnaît le ski acrobatique[24] comme membre de la communauté internationale du ski (Association, 2010). Les Coupes du monde de ski acrobatique sanctionnées par la FIS débutent en 1980 (Wallechinsky et Loucky, 2009). En février 1986, les premiers Championnats du monde de ski acrobatique de la FIS ont lieu à Tignes, en France. Les disciplines présentes à ces championnats sont les suivantes : les bosses, le saut et le ballet (Wallechinsky et Loucky, 2009). Le ski de bosses ne devient officiellement une discipline olympique qu'aux Jeux d'Albertville en 1992. En 1995, le Canada se dote de son propre organisme directeur : l'Association canadienne de ski acrobatique (ACSA). Cette association regroupe plus de cinquante clubs de ski acrobatique au Canada (Association, 2010).

---

[24] Le ski acrobatique comprend différentes disciplines : le saut acrobatique (les skieurs sautent 9 pieds dans les airs en exécutant plusieurs flips combinés à des vrilles), le ski de bosses, le slopestyle (des skieurs descendent la piste de ski parsemée de modules et de rampes (« rails ») sur lesquels ils sautent) et la demi-lune en ski (des skieurs s'élancent dans une demi-lune et exécutent des sauts). Le ski cross (course à obstacles entre plusieurs skieurs) est une discipline acrobatique uniquement lors des Jeux olympiques.

Les exploits canadiens en ski de bosses[25]

Les skieurs de bosses canadiens forment une communauté d'experts dans ce sport, et ce, depuis l'introduction de cette discipline aux Olympiques. Les statistiques ci-dessous illustrent les exploits que certains d'entre eux ont accomplis et soulignent la pertinence de réaliser une étude auprès de cette population afin de comprendre la contribution des activités privées au développement de l'expertise.

Aux JO, le Canada a remporté quatre médailles d'or masculines (Jean-Luc Brassard en 1994, Alexandre Bilodeau en 2010 et 2014 et Mikaël Kingsbury en 2018), deux médailles d'or féminines (Jennifer Heil en 2006 et Justine Dufour-Lapointe en 2014), trois médailles d'argent féminines (Jennifer Heil en 2010, Chloé Dufour-Lapointe en 2014 et Justine Dufour-Lapointe en 2018) et une médaille d'argent masculine (Mikaël Kingsbury en 2014).

Aux Championnats du monde, les skieurs de bosses canadiens ont remporté un total de 25 médailles en bosses en simple (depuis 1986) et de 15 médailles en bosses en parallèle (depuis 1999).

Depuis 1980, le Canada est la meilleure nation sur le circuit de la Coupe du monde en ski acrobatique (1648 médailles) (en date de 2017). Depuis la création des Coupes du monde de ski de bosses en simple (de 1980 à 2017), le Canada a remporté un total de 133 médailles d'or, 151 médailles d'argent et 131 médailles de bronze terminant tout juste derrière les États-Unis (555 médailles). En bosses en parallèle, le Canada est la première nation et a remporté, depuis 1997, 44 médailles d'or, 45 d'argent et 33 de bronze. Les skieurs de bosses canadiens sont les meilleurs skieurs sur le circuit de la

[25] L'ensemble des informations présentées ont été obtenues dans le site Web de la FIS.

Coupe du monde (233 médailles) comparativement aux skieuses de bosses canadiennes qui se classent seconde (182 médailles), derrière les skieuses américaines (311 médailles).

Deux Canadiens ont été récipiendaires du trophée du meneur de la Coupe du monde lors d'une saison donnée (Alexandre Bilodeau en 2009 et Mikaël Kingsbury en 2012, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017 et 2018). Deux Canadiennes l'ont été en 2007 (Jennifer Heil) et en 2016 (Chloé Dufour-Lapointe).

Description du parcours de ski de bosses

Ce sport d'hiver se pratique sur un parcours incliné approximativement à 29 degrés et parsemé de bosses. Il comporte également deux structures de sauts permettant l'exécution de deux figures en cours de descente (Ski, 2010) (Figure 1.0).

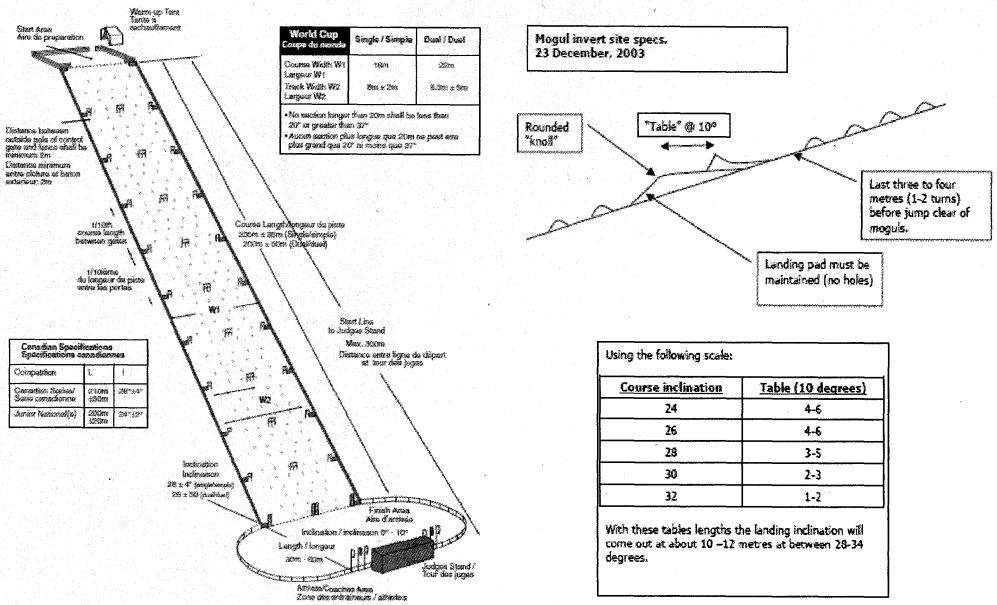


Figure 1.0. Illustration des spécificités d'un parcours de bosses et d'un saut

L'image de gauche représente un parcours de bosses, selon les normes établies (Association canadienne de ski acrobatique, 2000) et l'image de droite représente les normes pour un site de saut situé dans un parcours de bosses (Association canadienne de ski acrobatique, 2003).

Description des habiletés requises dans ce sport

Le ski de bosses requiert des habiletés sportives « fermées » (Poulton, 1957). Celles-ci s'exercent en milieu stable (environnement statique, sans modifications, permettant au sportif de prévoir et de planifier ses comportements). L'emplacement fixe des bosses et des sauts enneigés sollicite les habiletés fermées. Cependant, les skieurs font également face à un environnement changeant (ex. le ramollissement de la neige,

la présence de glace, etc). C'est pourquoi le ski de bosses sollicite également des habiletés sportives « ouvertes » (Poulton, 1957), c'est-à-dire des habiletés requérant des adaptations face aux imprévus.

Description brève des critères de jugement en compétition en ski de bosses

Lors de sa descente en compétition, le skieur de bosses doit effectuer deux figures aériennes. Ces figures peuvent être « droites », c'est-à-dire que la tête du skieur demeure en haut des pieds, ou « inversées », lorsqu'elle passe en dessous des pieds. Chaque figure possède un coefficient de difficulté qui est par la suite multiplié à la note donnée par le juge (Annexe A). Généralement, seules les figures droites se combinent pour obtenir un coefficient de difficulté plus élevé. Les figures droites sont surtout effectuées au niveau régional, provincial et canadien. Seul le 360° est encore présent aujourd'hui au niveau de la Coupe du monde, principalement chez les femmes.

Deux formules en compétition sont possibles en ski de bosses : les bosses en simple et les bosses en parallèle. Lors des compétitions en simple, les skieurs s'élancent seuls dans la piste, les uns après les autres. La descente est évaluée par des juges au moyen des critères suivants : la qualité de la technique de ski (50 %), celle des deux manœuvres aériennes (25 %) et la vitesse (25 %) (Annexe B pour l'explication de ces critères)[26]. Lors des compétitions de bosses en parallèle, le juge départage 33 points entre les deux skieurs pour désigner le gagnant du duel. Ces critères de jugement, en simple et en parallèle, sont les mêmes à tous les niveaux de compétition.

---

[26] Suivant les entretiens de cette recherche, les critères de jugement ont changé en 2014 : la technique de ski vaut maintenant 60%, les sauts 20% et la vitesse 20%. Le pointage total est aujourd'hui sur 100 points. Pour plus d'informations, veuillez consulter le lien suivant : http://fqsa.com/wp-content/uploads/2014/08/Freestyle-Skiing-Judging-Handbook-2015-v1.pdf.

Description des structures des équipes de ski de bosses au Canada

Le Canada, pays fédéral, est découpé en provinces (Québec, Ontario, etc.), elles-mêmes découpées en régions (ex. Montréal, Laurentides, Québec, etc.). À ces structures administratives correspond une structure sportive : les équipes régionales, les équipes provinciales et l'équipe nationale du Canada. Pour les besoins de la présente thèse, seuls les descriptifs de l'équipe régionale des Laurentides, de l'équipe provinciale du Québec et de l'équipe nationale du Canada sont présentés ci-dessous.

Équipe régionale

La première équipe dans laquelle le skieur peut s'inscrire, moyennant un certaine somme d'argent, est l'équipe régionale (ÉR). Les équipes régionales appartiennent généralement à la station de ski ou sont sous la gouverne d'un organisme sans but lucratif (OSBL) constitué de parents. L'entraînement sur neige se tient uniquement durant l'hiver et à l'automne, quatre ou cinq journées sont dédiées à la préparation physique (entraînement de course et plyométrie à la montagne). Certaines équipes offrent des entraînements optionnels en rampes d'eau[27], en ski de soirée et en trampoline pour des coûts supplémentaires. Deux options s'offrent au skieur s'inscrivant dans une équipe de bosses régionale :

- *Le groupe récréatif* : les entraînements ont lieu un jour de la fin de semaine. Ce groupe de ski répond à l'objectif d'introduire le jeune au ski de bosses. Ces skieurs ne participent habituellement pas aux compétitions. Ni les entraînements d'automne ni ceux de l'été ne sont offerts dans ce programme.

---

[27] La rampe d'eau est un tremplin construit en bois sur lequel sont apposées des brosses en plastique blanc. Ce tremplin est arrosé d'eau permettant au skieur de glisser sur les brosses mouillées, d'exécuter une figure dans les airs et d'atterrir dans l'eau.

- *Le groupe compétitif* : les entraînements ont lieu les deux jours de la fin de semaine ainsi que lors des vacances de Noël. L'objectif pour ce groupe est également d'introduire le jeune au ski de bosses, mais surtout de développer les habiletés techniques, tactiques et physiques en ski de bosses et de participer aux circuits de compétitions régionales, provinciales, canadiennes, aux Championnats canadiens junior et sénior et parfois aux compétitions Nord-Américaines.

Depuis 2002, au Canada, un processus de qualification est mis en place pour réglementer le droit de faire des sauts inversés sur la neige. Cette réglementation vise à offrir un encadrement sécuritaire aux skieurs afin qu'à leur retour sur la neige, ceux-ci atterrissent sur les pieds, évitant ainsi les risques de traumatismes crâniens et de paralysie. Ce processus se décline en deux temps : tout d'abord sur la rampe d'eau et ensuite sur la neige.

Dans un premier temps, le skieur pratique son saut inversé sur la rampe d'eau. Lorsqu'il atteint un niveau de maîtrise sécuritaire, il peut envisager la qualification. Pour réussir celle-ci, le skieur doit reproduire cinq fois consécutives le saut inversé avec un taux de réussite de 75%. Ainsi, le skieur doit contrôler sa rotation pour atterrir dans l'eau sans risquer de se blesser. Ce processus de qualification vise à assurer la sécurité du skieur lorsqu'il exécutera le saut sur la neige. Suivant la qualification du saut inversé sur la rampe d'eau, le skieur doit répondre aux mêmes exigences sur la neige. Suivant une qualification réussie du saut sur neige, le skieur peut désormais le réaliser en compétition. Le skieur doit passer par ce processus chaque année, pour chaque catégorie de sauts inversés.

Ce processus de qualification de sauts inversés est généralement précédé de cours de trampoline, dispensés par un entraîneur privé en ski acrobatique ou dans un centre

d'entraînement en trampoline, et de séances de rampe d'eau pour l'exécution de sauts droits. Pour débuter le processus de qualification, l'athlète doit être âgé d'au moins 12 ans.

Équipe du Québec

L'équipe du Québec (ÉQ) est encadrée par la Fédération québécoise de ski acrobatique (FQSA). Pour y accéder, le skieur doit posséder un niveau minimal d'aptitudes techniques en ski et en sauts et avoir de bons résultats au niveau provincial et national (les critères de sélection pour monter sur l'ÉQ en 2011-2012, Annexe C). L'entraînement se poursuit toute l'année, incluant l'entraînement sur la neige (hiver), l'entraînement en salle de conditionnement physique (à l'année) – au moyen d'un programme d'entraînement –, la rampe d'eau (été), le trampoline (été et automne) et lors de camps d'entraînement sur neige à l'extérieur du Québec (été et automne). L'équipe du Québec est divisée en deux équipes :

- *L'équipe du Québec – Développement* (2 groupes) : elle est composée de skieurs provenant des régions des Laurentides et de Québec. Ces skieurs participent principalement aux compétitions sur les circuits provinciaux et nationaux. Les meilleurs d'entre eux accèdent au niveau Nord-Américain, aux Championnats canadiens junior et senior.
- *L'équipe du Québec – Performance* (1 groupe) : elle est composée des meilleurs skieurs de la province de Québec. Ils participent aux compétitions nationales, aux compétitions Nord-Américaines, aux Championnats canadiens junior et senior. Les skieurs classés dans les premiers rangs peuvent participer au Championnat du monde junior.

Équipe nationale du Canada

L'équipe nationale (ÉN) est sous la gouverne de l'ACSA. Pour accéder à l'équipe nationale du Canada, le skieur d'une équipe provinciale doit être classé parmi les meilleurs aux compétitions Nord-Américaines (les critères de sélection lors de la saison 2011-2012, Annexe D). L'équipe nationale est composée de trois groupes de skieurs dont les conditions d'admissibilité sont :

- *pour l'équipe C* : être positionnés entre le 6e et 10e rang au classement des bosses du programme haute performance. Ils participent principalement aux compétitions de niveau Nord-Américain et parfois au niveau national. Ils participent également au Championnat canadien senior.
- *pour l'équipe B* : être parmi les 5 premiers au classement des bosses du programme haute performance. Les skieurs de ce groupe participent à la fois aux compétitions sur le circuit Nord-Américain et sur le circuit des Coupes du monde.
- *pour l'équipe A* : faire partie des 6 premiers du circuit de la Coupe du monde ou lors des derniers Jeux olympiques. Les athlètes de ce groupe ne participent qu'aux Coupes du monde. Certains peuvent participer aux Championnats du monde et aux Jeux olympiques.

L'ascension vers l'expertise en ski de bosses débute par l'entrée sur l'équipe régionale et culmine sur l'équipe nationale groupe A. Ainsi, chaque skieur présente une trajectoire qui lui est propre et qui est susceptible d'influencer les activités privées qu'il a mises en place. Les époques (ex. années 90 et le début des années 2000) auxquelles ces trajectoires ont eu lieu sont également susceptibles d'influencer les activités privées. Par exemple, le niveau d'encadrement institutionnel, telles les

compétences de l'entraîneur et les activités incluses dans le programme, ont possiblement eu une incidence. Dès lors, nos entretiens doivent saisir ces spécificités.

PARTIE 1

IDENTIFICATION DES ACTIVITÉS PRIVÉES MENÉES AU COURS DU DÉVELOPPEMENT SPORTIF EN SKI DE BOSSES : ÉTUDE AUPRÈS DE SKIEURS QUÉBÉCOIS EXPERTS ET PROMETTEURS

« On ne naît pas champion, on le devient »
Raphaël Poirée – Biathlète français multi médaillé

1.1. Introduction

En début de processus de qualification aux Jeux olympiques (JO), les skieurs de bosses expliquent dans les médias qu'ils rêvent d'y participer depuis qu'ils sont petits, qu'ils s'entraînent depuis 10-15 ans, qu'ils y mettent efforts et détermination. Pourtant, lorsqu'ils gagnent aux JO, les mêmes skieurs remercient l'institution sportive (ex. l'ACSA), leurs entraîneurs pour leur encadrement rigoureux, l'équipe de professionnels qui les entoure (physiothérapeute, entraîneur de conditionnement physique, psychologue du sport), leurs coéquipiers ainsi que leurs commanditaires et financeurs. Finalement, ils remercient leur famille pour son soutien tout au long de leur carrière sportive.

Ces différents facteurs contributifs[28] à l'atteinte de ce niveau d'expertise ne sont que la partie émergée des conditions favorables à l'atteinte de l'excellence sportive. En effet, des activités privées ayant lieu hors de l'institution contribuent également au

---

[28] Pour une lecture plus exhaustive sur les facteurs primaires (la génétique, l'entraînement, le psychologique) et secondaires (la culture, l'accès à des entraîneurs expérimentés, le support familial, l'historique du sport et le niveau de compétitivité) menant à l'expertise, voir l'article de Baker et Horton (2004).

développement de l'expertise en sport (Côté, 1999; Côté et al., 2013). Ainsi, Chloé Dufour-Lapointe, skieuse de bosses canadienne, souligne la contribution de son père au monopole de ses trois filles sur le podium de la Coupe du monde en janvier 2016 : « (...) leur père avait l'habitude (lorsqu'elles étaient petites) de construire un saut enneigé près de leur chalet afin qu'elles puissent s'entraîner... » (Marois, 2016).

Dans la première partie de cette recherche, nous étudierons la contribution des activités privées, partie invisible du développement de l'expertise de skieurs de haut niveau. L'enjeu est de comparer les activités privées menées avec les catégories d'activités identifiées dans la littérature sur le développement de l'expertise et du talent. Une première étape de la recension établit le répertoire des pratiques et des jeux décrit dans la littérature. Une seconde étape étudie les activités privées selon une perspective développementale. En effet, la construction de l'expertise et du talent débute à l'enfance et atteint son apogée au début de l'âge adulte, lorsque le skieur participe à des compétitions de niveau international et/ou aux JO.

1.2. Recension des écrits

1.2.1. La genèse du modèle de l'expertise

Bloom (1985a) est le premier chercheur à étudier les conditions d'apprentissage et de soutien des individus extraordinaires dans un domaine donné (Brandt, 1985). Il observe que les meilleurs athlètes (tennis et natation), joueurs d'échecs, mathématiciens et neurologistes ne naissent pas experts ou talentueux, mais s'appuient sur une instruction précoce (Bloom, 1985a). Ericsson et ses collègues (1993) partagent ce constat et écartent la génétique comme facteur responsable de

l'atteinte de l'expertise (excepté la grandeur et la morphologie qui peuvent favoriser les performances dans certains domaines).

Ainsi, l'atteinte de l'expertise s'appuie sur des conditions environnementales (pratique, professeurs, matériels) (Bloom, 1985a; Ericsson et al., 1993) non seulement au sein mais également hors de l'institution sportive[29]. Bien que Bloom (1985a) décrive l'apport des activités hors institution, il n'en propose pourtant pas un modèle explicatif. Cette question est ré-investiguée par Ericsson et ses collègues en 1993 et aboutit à la proposition d'un cadre théorique sur l'acquisition de l'expertise. La performance experte serait le résultat d'un processus intensif d'acquisition d'habiletés au moyen d'une quantité journalière, mais non excessive, de *pratiques délibérées*, c'est-à-dire d'activités supervisées par un professeur et visant à améliorer des habiletés critiques pour la performance (Ericsson et al., 1993). Une loi générale relie de façon monotone le niveau de performance atteint à la quantité de pratiques délibérées accumulées sur 10 ans[30] ou au cours de 10 000 heures.

Ericsson et ses collègues (1993) soutiennent que seule la pratique délibérée permet le développement de l'expertise, rejetant par le fait même l'apport du jeu. *A contrario*, Bloom (1985a) observe que le jeu est présent dans la trajectoire d'individus ayant atteint un statut d'expert dans différents domaines, y compris le sport. En effet, le développement de l'expertise (Baker, Cobley et Fraser-Thomas, 2009; Berry, Abernethy et Côté, 2008), par exemple au soccer (Ford, Ward, Hodges et Williams, 2009) et au golf (Hayman et al., 2011), n'est pas seulement attribuable aux pratiques

---

[29] Dans le cas du ski de bosses, l'institution correspond aux entraînements encadrés par les entraîneurs et les personnels de l'ÉR, de l'ÉQ et de l'ÉN.

[30] La statistique de 10 ans pour devenir un expert est souvent attribuée à Ericsson. Or, Simon et Chase (Simon et Chase, 1973) sont les premiers à soutenir que l'expertise n'est atteinte qu'après 10 ans de pratiques intensives sans toutefois introduire le concept de pratiques délibérées.

délibérées, mais également à des jeux délibérés, définis comme des jeux moteurs intrinsèquement motivants et procurant une gratification immédiate et du plaisir.

1.2.1.1. Le répertoire des pratiques et des jeux prototypiques selon Côté

Si la pratique délibérée (Ericsson et al., 1993) et le jeu délibéré (Côté, 1999; Côté et Hay, 2002) permettent le développement de l'expertise, ces activités restent insuffisantes. À ce titre, Côté et ses collègues (Côté et al., 2013) distinguent cinq activités prototypiques : la pratique délibérée (au sens d'Ericsson), le jeu délibéré, la pratique spontanée, le jeu comme pratique et les compétitions organisées. Ils spécifient toutefois que ce répertoire n'est pas nécessairement exhaustif (Côté et al., 2013), le modèle portant sur la période de l'enfance et non sur la carrière complète.

Côté et ses collègues (Côté et al., 2013) répartissent sur un continuum ces activités, en se fondant sur les travaux de Hakkarainen (1999) concernant l'apprentissage par le jeu et les instructions chez les enfants. Ils en retiennent une caractérisation des activités selon deux axes : le premier axe représente la structure sociale, d'un étayage par un adulte vers une prise en charge autonome par l'enfant, et le second axe représente la valeur personnelle, extrinsèque (améliorer l'habileté) ou intrinsèque (ressentir du plaisir) associée à la pratique ou au jeu. Chaque pratique et chaque jeu, à l'exception des compétitions organisées, sont associés à un environnement

spécifique qui sera défini plus loin. Le modèle de Côté est illustré par la figure suivante[31] (Figure 1.1 tiré de Côté et al., 2013, p. 12).

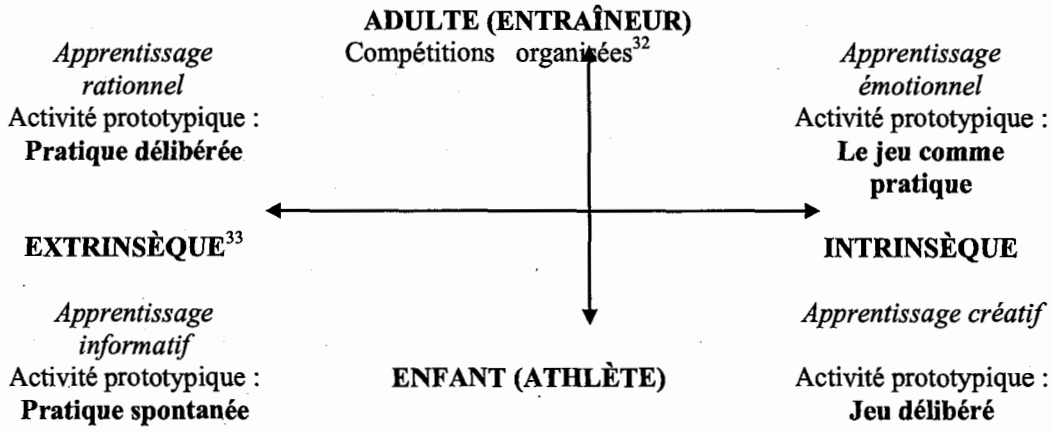


Figure 1.1. Continuum des activités prototypiques de Côté et ses collègues (2013)

---

[31] Cette figure a été proposée par Hakkarainen (1999) afin d'étudier le jeu chez l'enfant d'âge préscolaire. L'étude des activités privées des skieurs requiert une adaptation de cette figure pour le milieu sportif. Ainsi, l'adulte correspond à l'entraîneur et l'enfant à l'athlète.

[32] Côté et ses collègues (Côté, Erickson et Abernethy, 2013) proposent que les athlètes ayant développé leur talent aient conduit des ***compétitions organisées***. Celles-ci requièrent de la concentration, des efforts tout en étant plaisantes, sans avoir comme but l'amélioration de la performance. Ces compétitions organisées sont supervisées par les adultes et correspondent à la fois aux caractéristiques de la pratique délibérée, mais également à celles du jeu délibéré. Toutefois, peu d'opportunités pour apprendre et s'améliorer sont présentes lors d'une performance en compétition (Ericsson et Charness, 1994). Dans le cadre de cette thèse, les compétitions organisées ne sont pas considérées comme des activités privées puisqu'elles ne sont pas conçues pour produire un apprentissage ou le développement d'une habileté.

[33] En 2014, Côté, Hancock et Abernethychangent le terme d'extrinsèque par « instrumentality » permettant ainsi de diminuer la confusion avec les théories de la motivation extrinsèque et intrinsèque. De plus, l'emploi du concept d'instrumentalité respecte mieux les axes d'analyse proposés par Hakkarainen (1999).

Les critères d'identification de ces activités prototypiques sont décrits dans les sections suivantes.

1.2.1.1.1. La pratique délibérée

Côté emprunte à Ericsson (Ericsson et al., 1993) sa définition originelle de la ***pratique délibérée*** (*deliberate practice*). Cependant, cette définition a évolué depuis 1993 et nous proposons donc de l'enrichir.

1.2.1.1.2. Définition originelle de la pratique délibérée

Dans leur article fondateur, Ericsson, Krampe et Tesch-Römer (1993) soutiennent que la performance experte est acquise au moyen de pratiques délibérées intensives. Ces pratiques sont menées par l'apprenant entre deux séances d'enseignement et sont conçues et supervisées par le professeur[34]. La pratique délibérée permet l'apprentissage et l'acquisition d'habiletés dans un domaine donné, entraînant alors une amélioration de la performance ou le maintien du niveau de performance actuel (Krampe et Ericsson, 1996). Pour cela, la pratique délibérée doit être pertinente au domaine de pratique de l'individu.

[34] Leur étude porte sur l'acquisition de l'expertise chez des musiciens. Dans le cadre de cette thèse, le mot professeur est remplacé par celui d'entraîneur.

La pratique délibérée n'est pas plaisante[35]. En effet, la composante délibérée de la pratique se traduit par un engagement intensif (effort[36]) de l'individu à des fins instrumentales d'amélioration de sa performance. Pour ce faire, l'individu répète régulièrement la pratique délibérée pour modifier sa représentation mentale et les mécanismes cognitifs médiateurs de l'habileté. Côté et ses collègues (Côté et al., 2013) renforcent la description d'Ericsson en considérant que la pratique délibérée se produit dans un environnement développant l'*apprentissage rationnel*. Dans cet environnement, l'activité est prescrite ou dirigée systématiquement et logiquement par un adulte ayant pour but d'améliorer les habiletés de l'enfant.

1.2.1.1.3. Conditions nécessaires pour créer une pratique délibérée

Quatre critères sont requis pour qualifier une pratique de « délibérée ». Tout d'abord, la pratique est prescrite par un professeur qualifié qui guide l'individu dans l'acquisition des habiletés de base et le dirige vers les activités optimales pour s'améliorer. En deuxième lieu, le maintien d'un niveau d'attention permet d'optimiser la rétroaction et les informations à propos de l'action à produire (Ericsson et al., 1993). Lors d'une activité, l'individu doit être attentif pour améliorer certaines sections du geste et ainsi éviter les erreurs (Auer, 1921). La pratique sans concentration peut affecter négativement la performance (Auer, 1921). Le troisième critère suppose une construction de la pratique fondée sur les connaissances préexistantes de l'individu (Ericsson et al., 1993) et adaptée à l'évolution du niveau de performance; elle se complexifie et pose un nouveau défi au pratiquant. Enfin, le

---

[35] L'individu n'éprouve pas de plaisir lors de l'exécution de la pratique délibérée, mais peut éprouver de la satisfaction face aux résultats de la pratique délibérée.

[36] Le milieu sportif divise cette notion en deux afin de distinguer l'effort mental (concentration) de l'effort physique (effort) (Helsen, Starkes et Hodges, 1998).

quatrième critère correspond à une rétroaction immédiate et informative lors de la pratique afin de lier les moyens et les fins, c'est-à-dire les connaissances engagées pour atteindre une performance. Cette rétroaction se produit grâce à la connaissance des résultats de la pratique et/ou être fournie par le professeur. À la suite de cette rétroaction, l'individu ajuste et répète l'habileté travaillée (Ericsson, 1996, 1998). En l'absence de rétroaction adéquate, l'apprentissage est impossible et l'amélioration est entravée.

Bien qu'Ericsson présente ces conditions d'implantation d'une pratique délibérée, la majorité des recherches en sport ne mesure que la présence de l'attention, de l'effort, de la pertinence et de l'absence de plaisir. Ainsi, la qualité du professeur et la rétroaction obtenue ne sont pas considérées, à l'exception d'une recherche ethnographique sur l'arbitrage (Ollis, Macpherson et Collins, 2006). Or, le rôle du professeur est déterminant dans la mise en place et le déroulement de la pratique délibérée.

1.2.1.1.4. De la direction par le professeur vers son intériorisation

Seul le professeur a initialement accès aux connaissances spécifiques du domaine (ex. les concepts, le système de notation, l'équipement et les mesures) (Ericsson, 2006) et aux aspects critiques pour améliorer leur performance (Ericsson, 2009). Ainsi, les professeurs guident explicitement les individus vers les habiletés à améliorer lors de la pratique délibérée (Ericsson, 2009).

Le professeur doit également préparer les apprentis à devenir des performeurs autonomes (Ericsson, 1998). En d'autres mots, l'entraîneur doit guider l'athlète dans

ses pratiques délibérées, mais également l'amener à savoir comment se « coacher » lui-même (Ericsson, Prietula et Cokely, 2007). Les apprentis peuvent alors être en mesure de mener un auto-monitorage et de s'engager dans une activité de résolution de problèmes pour corriger leurs erreurs et ajuster leur performance (Ericsson, 1998). Parallèlement à l'amélioration de la performance, les élèves améliorent leur représentation mentale servant différentes fonctions : former une image de la performance désirée, conduire un monitorage de leur performance actuelle et identifier les écarts entre l'idéal et l'actuel (Ericsson, 1996).

À de plus hauts niveaux, le professeur ne dispense plus que des informations générales et de la rétroaction (Ericsson, 1998). L'intériorisation du discours professoral permet à l'athlète de mener un monitorage de son activité au cours de la pratique délibérée (Ericsson et al., 1993). Il peut à présent imaginer la performance désirée et ainsi « monitorer » et critiquer sa performance actuelle (Ericsson, 1998). Plus encore, les performeurs élites peuvent, soit construire par eux-mêmes leurs pratiques délibérées (Ericsson, 1998; Plant, Ericsson, Hill et Asberg, 2005), soit déterminer les buts spécifiques à travailler conjointement avec le professeur (Ericsson, 1996).

1.2.1.1.5. Comment la pratique délibérée permet l'amélioration de la performance

Pour expliquer la relation entre l'amélioration de la performance et la pratique délibérée, Ericsson et ses collègues (1993) reprennent les phases de l'acquisition d'habiletés de Fitts et Posner (1967) et d'Anderson (1982). Ce cadre distingue deux phases (*cognitive/associative* et *autonome*) au cours de l'apprentissage moteur. L'individu effectue des va-et-vient entre ces deux phases.

Lors de la phase *cognitive/associative*, les débutants cherchent à comprendre la tâche demandée et à atteindre un niveau acceptable de maîtrise afin d'exceller durant l'activité. Ils se forment une représentation mentale de ce qui est demandé et des procédures associées afin d'éviter l'échec. Plus l'athlète acquiert de l'expérience, mieux les étapes sont maîtrisées et plus ses erreurs flagrantes se raréfient. Ainsi, la performance de l'athlète devient plus fluide. Après une période limitée de pratiques et d'expériences (50h), le sportif atteint un niveau acceptable de performance sans qu'une attention soutenue soit nécessaire.

L'atteinte d'une performance acceptable est suivie par l'entrée dans une phase d'*autonomie*. Lors de cette phase, plus le comportement satisfait les demandes de performance, plus l'exécution des habiletés s'automatise. Cette automatisation induit la réduction du contrôle conscient et peut limiter l'ajustement intentionnel de l'athlète. Certains athlètes s'arrêtent à ce niveau et, dès lors, ne s'améliorent plus malgré l'accumulation de pratiques. L'individu atteint alors un plateau d'apprentissage.

Pour devenir experts, les athlètes doivent contrer l'automaticité. Ils entrent dans une nouvelle phase cognitive/associative afin de complexifier leur représentation mentale. Pour ce faire, les sportifs experts mènent une recherche continue sur la façon d'améliorer leur représentation cognitive des différentes tâches et situations de leur domaine (Starkes et Ericsson, 2003). Ils choisissent alors des pratiques exigeantes – c'est-à-dire des pratiques délibérées supervisées par l'entraîneur – qui réactivent un niveau de contrôle conscient de leur performance et qui les engagent dans une résolution de problèmes (Ericsson, 1996). Le choix précis d'une pratique dépend des buts de pratique que la personne s'est fixée et de ses habiletés préexistantes (Ericsson, 2006).

Cet aller-retour entre ces deux phases prend fin lorsque les athlètes se concentrent sur le maintien de leur performance en demeurant dans la phase autonomie. Cette décision est plus courante en période de compétition, les athlètes cherchant alors à stabiliser leur performance.

Ericsson (2006) s'appuie sur ce modèle d'acquisition d'habiletés pour distinguer la pratique délibérée du jeu, du travail rémunéré et de l'observation des autres. En effet, seule la pratique délibérée permettrait de modifier la représentation mentale médiatrice de la performance. Nous verrons dans la prochaine section qu'Ericsson reconsidèrera ultérieurement l'observation des autres comme forme de pratique délibérée (Ericsson, 1996).

1.2.1.1.6. La réflexion comme pratique délibérée

Ericsson et ses collègues (Ericsson et al., 1993) proposent à des violonistes d'évaluer, sur une échelle de 0 à 10, des activités liées à la musique (ex. offrir un performance de groupe) et des activités quotidiennes (ex. faire des tâches ménagères) selon leur pertinence à l'amélioration de leur performance, les efforts requis et l'absence de plaisir. Parmi celles-ci, les violonistes jugent que la pratique solitaire est la plus pertinente. Elle requiert également, selon eux, le plus d'efforts et n'est pas plaisante[37]. Ils en concluent que les musiciens privilégient une pratique délibérée, sous forme de pratique solitaire, pour s'améliorer.

---

[37] Cependant, les violonistes notent la pratique solitaire comment étant à 7.23/10 sur la mesure du plaisir associé à la pratique. Ce qui constitue tout de même un niveau élevé comparativement à celui de « l'organisation et la préparation de contenus musicaux » qui est évalué à 1.53/10.

La pratique solitaire du violon met le corps en action, produisant un effet direct sur l'habileté et une rétroaction immédiate. Par contraste, observer les autres, mener des pratiques réflexives (ex. lire de la musique) ou sans effet direct sur l'habileté (ex. écouter de la musique) ne sont pas considérées comme des pratiques délibérées dans cette étude de 1993. Ericsson revient cependant sur cet argument dans un article postérieur (Ericsson et Charness, 1994) en démontrant que ces pratiques améliorent la représentation mentale et, de ce fait, la performance (phase cognitive/associative). Il ajoute trois amendements à son cadre initial.

Tout d'abord, le développement de l'expertise peut faire appel au visionnement de vidéos. En effet, Bloom (Bloom, 1985b) constate que les athlètes talentueux ont mené des pratiques d'étude du sport, de visionnement de vidéos de leurs performances et de réflexions sur le sport. Plus encore, le visionnement de vidéos est une pratique délibérée caractéristique des athlètes experts (Baker et al., 2003). Ces pratiques d'étude affinent leurs représentations mentales et améliorent, par la suite, l'habileté visée (Ericsson, 1997). Ces pratiques délibérées de visionnement de vidéos permettent d'observer des experts actuels ou passés, de se comparer avec ceux-ci et d'imiter leurs gestes et leur performance (Ericsson, 1996; Ericsson et Charness, 1994). Dans le cas particulier des sports avec opposition, les vidéos présentant l'adversaire permettent l'amélioration des habiletés d'anticipation (Tenenbaum, Sar-El et Bar-Eli, 2000).

Ericsson soutient également que la pratique délibérée offre du temps pour réfléchir et résoudre les problèmes (Ericsson, Whyte IV et Ward, 2007). L'athlète reconstitue en imagerie mentale sa performance en compétition pour identifier les difficultés et les faiblesses rencontrées (Ericsson, 2009). Par la suite, l'athlète résout et/ou détermine des alternatives possibles pour réaliser sa performance et les met en place lors de la pratique délibérée (Ericsson, 2009). Ainsi, dans le domaine médical cette fois, les

équipes ayant le plus de succès sont celles qui réalisent une réflexion collective sur l'amélioration de leur fonctionnement (Pisano, Bohmer et Edmondson, 2001). Ainsi, l'importance de la réflexion lorsqu'elle est liée à la pratique délibérée permet des performances reproductibles (Ericsson et al., 2007).

L'innovation ou la création par l'individu se produit lorsque les connaissances de l'apprenti dépassent celles du professeur (Ericsson et al., 1993). Dans cette perspective, la pratique délibérée n'est pas un moyen pour innover ou créer puisqu'elle ne vise que la maîtrise des habiletés du domaine. Cependant, Ericsson revient sur cette idée en 1998 en reconsidérant la pratique délibérée comme une opportunité d'imaginer et de créer permettant ainsi l'innovation. La pratique délibérée devient donc une occasion d'exploiter sa créativité avant même d'atteindre l'expertise.

Williams, Farmer et Manwaring (2008) réfutent ce nouveau positionnement d'Ericsson. En effet, la réflexion vise, selon ces auteurs, la compréhension conceptuelle uniquement sans agir sur le développement d'habiletés, tel que le fait la pratique délibérée selon la définition de 1993. Nous remarquons également, dans les écrits d'Ericsson, que la pratique délibérée requiert une prescription professorale tandis que lors des activités réflexives, l'étayage du professeur ou de l'entraîneur n'apparaît pas nécessaire. Enfin, même si Ericsson considère la réflexion comme forme de pratique délibérée, il rejette toujours l'apport du jeu dans l'amélioration de la performance, bien que celui-ci contribue au développement des mécanismes généraux de la réflexion (Elkonin cité dans Hakkarainen, 2005).

1.2.1.1.7. La définition de la pratique délibérée retenue dans cette thèse

Compte tenu de ce qui précède, nous choisissons de définir la pratique délibérée comme une pratique permettant l'apprentissage et l'amélioration d'une habileté particulièrement critique à la réalisation d'une performance experte. La pratique délibérée a lieu en dehors de l'institution sportive et est supervisée par un entraîneur. De plus, pour être qualifiée de délibérée, une pratique doit s'inscrire dans une planification d'un curriculum d'acquisition d'habiletés avec pour projet l'atteinte d'une performance experte. La pertinence de la pratique s'établit par son apport dans l'amélioration des habiletés sportives dans un sport donné (ex. le ski de bosses). L'effort de l'athlète lors de la pratique se traduit par un dépassement de l'automatisation du geste et par l'entrée dans une phase réflexive (désignée comme cognitive/associative, section 1.2.1.1.5.). Le caractère agréable n'est pas une composante importante de la pratique délibérée en sport (Hodges, Kerr, Starkes, Weir et Nananidou, 2004; Nordin, Cumming, Vincent et McGrory, 2006) et n'est donc pas considéré dans la définition finale de la pratique délibérée.

Cette définition permettra l'identification des pratiques délibérées menées par les skieurs de bosses experts et prometteurs au cours de leur carrière. Nous distinguerons deux sous-catégories de pratiques délibérées : les pratiques délibérées motrices et les pratiques délibérées réflexives. Ainsi, les ***pratiques délibérées*** ont une incidence directe sur l'amélioration de l'habileté, puisqu'elles sont de nature motrice, et respectent ainsi le critère premier de la pratique délibérée. Les ***pratiques délibérées réflexives***, quant à elles, modifient la représentation mentale du geste sportif qui influe sur l'exécution de ce geste et, dès lors, sur la performance. Les pratiques délibérées réflexives comme les pratiques délibérées motrices sont étayées par

l'entraîneur en début de carrière et peuvent être progressivement prises en charge par l'athlète qui mobilise l'intériorisation de l'entraîneur dans son activité.

1.2.1.2. La pratique spontanée

La ***pratique spontanée*** (*spontaneous practice*) est une pratique construite et structurée par l'enfant (ici l'athlète), ayant lieu au cours de ses temps libres et dont le but est d'améliorer ses habiletés sportives (Côté et al., 2013). Elle est produite de façon sporadique par l'enfant lui-même ou lors d'occasions de rassemblement entre enfants (Côté et al., 2013). La pratique spontanée n'est pas systématiquement ou pédagogiquement planifiée (Côté et al., 2014). De prime abord, cette pratique n'est pas destinée à améliorer les habiletés les plus critiques pour la performance (Côté et al., 2014), contrairement à la pratique délibérée. La pratique spontanée prend place dans un environnement favorisant un *apprentissage informatif* constitué d'une très faible pression extérieure et visant le développement d'habiletés spécifiques (Côté et al., 2013). Côté l'illustre par le joueur de basketball qui pratique de lui-même son tir au panier. Les nageurs talentueux de l'étude de Bloom (1985a) ont probablement fait de telles pratiques spontanées : ils rapportent qu'ils pratiquaient leur technique de nage lors des périodes libres à la piscine, cette pratique étant étayée par les instructions de leurs coéquipiers.

1.2.1.2.1. Pratique spontanée ou pratique délibérée en milieu et fin de carrière

Deux critères différencient la pratique spontanée de la pratique délibérée : l'absence de l'entraîneur comme superviseur ou prescripteur (Côté et al., 2013) et l'absence d'inscription dans un programme pédagogique d'acquisition d'habiletés sportives

construit par l'entraîneur (Côté et al., 2014). Cependant, la ligne entre la pratique délibérée et la pratique spontanée s'atténue au cours de la carrière sportive. En effet, après l'enfance, l'étayage par l'entraîneur devient de plus en plus intériorisé. Dans notre recherche, il conviendra donc de distinguer, en cours d'entretien, si l'athlète fait référence aux prescriptions de l'entraîneur pour évoquer cette pratique. Si c'est le cas, nous la catégoriserons comme pratique délibérée et non comme pratique spontanée. Pour qualifier la pratique de spontanée, les propos des skieurs doivent être exempts des objectifs d'amélioration de la performance du curriculum institutionnel. En d'autres mots, le skieur ne cherche pas à améliorer, au cours de la pratique spontanée, l'habileté actuellement travaillée en entraînement.

1.2.1.2.2. La pratique spontanée réflexive

La définition de la pratique spontanée présentée plus haut ne s'applique, comme pour la pratique délibérée, qu'à des pratiques motrices. Bien qu'à notre connaissance les pratiques spontanées n'aient pas été étudiées dans la littérature scientifique, il est probable que les athlètes réalisent des pratiques réflexives non étayées par l'entraîneur et non intégrées dans le curriculum de formation. En effet, Ericsson reconnaît la présence de pratiques réflexives non étayées par le professeur ou l'entraîneur. Nous proposons donc, à titre hypothétique, une nouvelle catégorie de pratique spontanée : la ***pratique spontanée réflexive***. Cette pratique se produirait en dehors des heures d'entraînement en institution sportive et viserait à modifier la représentation mentale d'une habileté particulière dans le but d'améliorer sa performance. Les objectifs de cette pratique ne seraient pas liés aux demandes actuelles du curriculum de formation. La pratique spontanée réflexive serait initiée et tenue par l'athlète, en présence ou non de son entourage (ex. coéquipiers et parents).

1.2.1.3. Le jeu délibéré

Côté (1999) met en évidence que l'une des premières formes d'activité dans lesquelles l'enfant s'investit sur une base régulière pour développer son talent en sport est le ***jeu délibéré*** (*deliberate play*). Ce jeu se définit comme un engagement précoce dans l'activité physique intrinsèquement motivant et procurant une gratification immédiate ainsi qu'une expérience de plaisir.

Le déroulement du jeu délibéré est régulé, d'une part, par les règles employées dans le sport (ex. soccer, basketball, etc.) et, d'autre part, par l'enfant lui-même ou par un adulte participant à l'activité (sans toutefois donner la direction du jeu). Un apprentissage se produit au cours du jeu délibéré (Côté, Baker et Abernethy, 2007), par exemple lorsque l'enfant réalise des activités physiques primitives, tel que le jeu d'exercice (Pellegrini et Smith, 1998) (les stéréotypes rythmiques, le jeu d'exercice et la bagarre ou le jeu avec rudesse[38]). Cependant, l'enfant ne joue pas avec l'intention de développer son talent (Côté et al., 2013).

Le jeu délibéré requiert un équipement minimal et se produit dans des contextes sociaux et environnementaux ouverts (ex. participants de différents niveaux, âges, styles, etc.) (Côté et al., 2007). Le jeu délibéré permet à l'enfant non seulement d'expérimenter différents mouvements et différentes tactiques, mais offre également l'opportunité d'innover, d'improviser et de répondre stratégiquement (Côté et al., 2007). Dès lors, le jeu délibéré se déroule dans un environnement ayant pour enjeu l'*apprentissage créatif* (Côté et al., 2013) : le jeune dirige lui-même l'activité, en absence de l'aide d'un adulte et, de ce fait, le jeu ne se centre plus sur les résultats. Bloom (1985a), sans le catégoriser de cette manière à son époque, montre que des

---

[38] Rythmic stereotypes; exercise play et rough-and-tumble play

nageurs talentueux mènent avec d'autres nageurs des compétitions informelles lors des périodes libres à la piscine (Bloom, 1985a).

La littérature sur la contribution du jeu dans le développement du talent en sport ne fait pas mention de jeu réflexif.

1.2.1.3.1. Comment le jeu contribue à l'acquisition de l'expertise

La théorisation de l'apport du jeu dans le développement du talent relève, selon Côté et ses collègues (2013), d'un cadre de référence systémique (Bronfenbrenner, 1977) et motivationnel (Hakkarainen, 1999) et d'une inscription dans le courant de la recherche sur le développement positif des enfants (*Positive Youth Development*) (Vierimaa, Erickson, Côté et Gilbert, 2012). En raison de ce qui précède, Côté accorde une valeur cruciale aux expériences de plaisir en début de participation sportive, par exemple lors du jeu délibéré puisqu'elles prédisposent à la persévérance dans la participation sportive (Côté et al., 2014). De plus, la participation unique à des pratiques très structurées et compétitives au cours de l'enfance risque d'augmenter la prévalence de blessures d'usure, d'épuisement et d'abandon de la pratique sportive, réduisant ainsi le bassin d'athlètes susceptibles d'atteindre le talent et l'expertise (Côté et al., 2013; Law, Côté et Ericsson, 2007). Côté et ses collègues (2013) considèrent que le jeu, au-delà d'une simple expérience positive, contribue au développement du talent sportif, un apprentissage moteur implicite en découlant. Cependant, bien que Côté et ses collègues (2013) sollicitent un cadre théorique motivationnel (Hakkarainen, 1999) s'appuyant sur les théories de l'activité et les théories du jeu de Vygotski, Leont'ev et Elkonin, ils ne les réinvestissent pas pour expliquer la contribution du jeu au développement des habiletés sportives. Par conséquent, nous faisons appel aux théories de Vygotski et Leont'ev concernant le

rôle du jeu comme activité maîtresse au sein de la zone proximale de développement de l'enfant.

1.2.1.3.2. Le jeu comme activité maîtresse

Le jeu comme activité précurseuse dans le développement des enfants d'âge préscolaire a tout d'abord été proposé par Vygotsky (1933). Leont'ev (1981) a poursuivi ce travail en définissant le concept d'activité maîtresse. Tout d'abord, l'activité maitresse se distingue de l'activité habituelle de l'enfant et crée incidemment de nouvelles activités (Leont'ev, 1981). Par exemple, la verbalisation d'instructions par l'enfant apparaît pour la première fois dans le jeu. Le jeu offre donc à l'enfant une possibilité d'apprentissage (Leont'ev, 1981). Ensuite, l'activité maîtresse permet la création ou la réorganisation des processus psychiques (Leont'ev, 1981). À titre d'exemple, le processus d'imagination se construit entre autre à travers le jeu (Leont'ev, 1981). Enfin, l'activité maîtresse est porteuse de changements de la personnalité de l'enfant à un moment de son développement (Leont'ev, 1981).

Ainsi, le jeu, par des changements psychologiques et sociaux, prépare l'enfant aux défis de la prochaine activité maîtresse (Duncan et Tarulli, 2003). En d'autres mots, le jeu entraîne des changements dans la psyché permettant la transition vers un niveau de développement supérieur (Leont'ev, 1981). Par exemple, le jeu à la petite enfance prépare la prochaine activité maîtresse qui est habituellement l'école (Leont'ev, 1981). Le jeu devient donc un espace où l'enfant assimile les fonctions sociales des personnes et les comportements civilisés (Leont'ev, 1981). Ainsi, lorsque l'individu quitte l'enfance, l'école et le travail constituent les autres formes d'activités maîtresses qui dirigent la relation entre l'individu et son environnement (Leont'ev,

1981). Dans le cas sportif, nous supposons que jouer à skier comme un skieur de bosses avant d'intégrer l'équipe régionale le prépare au moment où il en fera partie.

Le jeu crée donc la zone proximale de développement chez l'enfant, lui permettant ainsi de dépasser le niveau actuel de son comportement (Vygotsky, 1933). Cette zone comprend ce que l'enfant est capable de résoudre seul, selon son niveau de développement actuel (ex. âge), et le développement potentiel qu'il peut atteindre en réussissant à résoudre la tâche avec l'aide des adultes ou de pairs. Le jeu permet à l'enfant de produire des actions trop avancées pour lui et qui lui sont interdites dans sa vie actuelle (ex. faire comme si l'enfant coupait avec un couteau très coupant alors que, dans la vraie vie, il n'en a pas l'autorisation; ou bien faire comme si le skieur skiait en parallèle alors que, dans la vraie vie, l'enfant fait encore du chasse-neige).

1.2.1.4.Le jeu comme pratique

Côté et ses collègues (2013) proposent enfin ***le jeu comme pratique*** (*play practice*) (Launder, 2001). Ce jeu est dirigé par un adulte et a pour but général d'améliorer la performance au moyen du plaisir (Launder, 2001). Il motive les enfants par des activités d'apprentissage plaisantes et adaptées à leur groupe d'âge. Dans ce type de jeu, les défis remplacent les pratiques et les exercices techniques (Launder, 2001). Cette activité permet un *apprentissage émotionnel* : l'adulte intègre le plaisir dans l'apprentissage d'habiletés (Côté et al., 2013).

Cependant, nous remettons en doute, pour notre part, que le jeu comme pratique relève du jeu, l'adulte cherchant ici à améliorer la performance de l'enfant au moyen d'une situation didactique amusante. Cet habillage ludique est un faux-semblant pour

l'enfant. Or, le jeu n'a pas pour enjeu d'améliorer la performance ou de développer des habiletés particulières. En effet, les courants scientifiques européens soutiennent que les actions du jeu sont indépendantes des objectifs de résultats (Leont'ev, 1981; Piaget, 1945) et ne produisent ni des résultats concrets (Cohen et MacKeith, 1991), ni des connaissances concrètes pour la maîtrise de l'objet physique du jeu (Hakkarainen, 1999). Le motif du jeu est donc dans le processus même de jouer (Elkonin, 1978; Leont'ev, 1981) reposant ainsi sur la « maîtrise du maîtrisable » (Hakkarainen, 1999, p. 234), c'est-à-dire agir sur ce qui est contrôlable. Par exemple, le skieur peut jouer à skier plus vite que ce qu'il est en mesure de faire, réussissant ainsi à contrôler ses skis en situation de haute vitesse.

1.2.2. Élargir le champ d'investigation des activités privées en considérant les différentes formes de jeux décrites par Piaget

La littérature psychologique sur le jeu chez l'enfant permet de dégager plusieurs formes de jeux (pour une revue de littérature, voir Smith, 2010), mais celles-ci n'ont pas été considérées par Côté et ses collègues (2013). Plus précisément, en plus du jeu symbolique et imitatif, le jeu d'exercice n'a pas été considéré par Côté et ses collègues (2013) – mais plutôt mis en opposition au jeu délibéré – comme une forme potentielle de jeu tenu par des enfants pratiquant des activités physiques. Or, les jeux d'exercice sont des étapes préalables au jeu de règles (Piaget, 1945), qui s'apparente au jeu délibéré. Étant donné ce rapprochement entre Côté et Piaget, nous souhaitons élargir le champ d'investigation des activités privées menées par les skieurs de bosses au cours de leur participation sportive. Ainsi, outre le jeu de règles, nous souhaitons investiguer si les jeux d'exercice (mouvement moteur) et le jeu symbolique caractérisent les athlètes ayant atteint l'expertise. Pour ce faire des critères d'identification doivent être dégagés afin de distinguer les caractéristiques du jeu d'exercice, du jeu symbolique/imitatif et du jeu de règles.

Le ***jeu d'exercice*** est la première forme de jeu tenue par l'enfant (Piaget, 1945). Dès les premiers mois, l'enfant exerce des schèmes dans le but d'éprouver du plaisir à même le fonctionnement (Piaget, 1945). Ainsi, le jeu d'exercice est « une assimilation sensorimotrice » (Piaget, 1945, p. 161). L'enfant ne cherche donc pas à apprendre de nouvelles conduites. Ce type de jeu repose sur une assimilation fonctionnelle qui entraîne la consolidation sensorimotrice ou intellectuelle chez l'individu. Dans la petite enfance, le jeu d'exercice se présente comme le seul plaisir d'exercer son pouvoir (Piaget, 1945).

Le ***jeu symbolique*** tel que défini par Piaget (1945) repose sur la représentation d'un objet absent. Ce type de jeu prend naissance vers 2 ans et s'estompe vers 11 ans. Il est à la fois symbolique et sensorimoteur et s'appuie sur des objets matériels. Lorsqu'il joue avec un objet substitut, l'enfant doit séparer la signification de l'objet réel pour y implanter la signification de l'objet désiré, afin de servir de médiateur cognitif (Duncan et Tarulli, 2003). Par exemple, l'enfant choisissant le balai pour jouer au chevalier y associe la signification de monter un cheval et non de balayer. Ainsi, l'enfant joue avec la signification attribuée à l'objet, entraînant ainsi une capacité de décontextualisation (Duncan et Tarulli, 2003). C'est donc par les gestes qu'il pose que l'enfant assigne la fonction et la signification à l'objet de son jeu (Vygotsky, 1978).

Vers 4-7 ans, le jeu devient de plus en plus imitatif de la réalité. Ce jeu imitatif représente le désir des enfants d'agir comme des adultes (Leont'ev, 1981) alors qu'il y a impossibilité d'agir comme un adulte dans le monde réel (Hakkarainen, 2005). Ainsi, l'enfant reproduit un écho de ce qu'il perçoit et de ce qu'il entend des comportements des adultes (Vygotsky, 2004) (ex. un conducteur qui conduit une voiture) (Hakkarainen, 1999). Cependant, cette imitation n'est jamais reproduite exactement, mais est plutôt une reconstruction créative de ce que l'enfant a perçu

(Vygotsky, 2004). Toutefois, l'enfant, en observant un adulte réaliser une action particulière, s'identifie à la manière dont l'adulte fait cette action (Elkonin, 1978). Dans le même ordre d'idées, l'enfant peut aussi, dans ce type de jeu, exercer sa vie actuelle en ne répétant pas de manière identique l'action qu'il produit dans la vraie vie (Hakkarainen, 1999). Vygotsky (1933) donne pour exemple le jeu d'être la « sœur » d'un autre enfant. Il y a ici acquisition de règles du comportement à adopter (« comment une sœur doit-elle être ») et seules les actions qui remplissent ces règles sont acceptables dans la situation de jeu. L'enfant en arrive donc à comprendre les attentes conventionnelles et sociales. Ce moment constitue donc la prémisse du jeu de règles chez Piaget.

Le ***jeu de règles*** chez Piaget (1945) repose sur la règle qui régule le jeu et sa violation représente une faute. Ces règles peuvent être, soit transmises par l'institution, soit spontanées en étant contractuelles et momentanées entre deux personnes égales. Ainsi, les jeux de règles peuvent prendre la forme de compétitions réglées entre des individus ou d'un jeu sensorimoteur ritualisé (Piaget, 1945). Le respect de la règle (internal rule) est une source de plaisir pour l'enfant (Vygotsky, 1933). Le jeu de règles est donc au cœur du jeu délibéré proposé par Côté et ses collègues (2013).

1.2.3. Évolution des pratiques et des jeux au cours de la participation sportive

L'expertise se construit au cours de l'enfance, de l'adolescence et au début de l'âge adulte. Les enjeux caractéristiques de ces phases développementales peuvent influencer l'établissement et l'évolution des activités privées tenues en dehors des entraînements institutionnels. Le modèle développemental de la participation sportive de Côté (1999) illustre que les athlètes ayant développé leur talent traversent trois

phases (échantillonnage, spécialisation, investissement)[39] avec une variation des pratiques délibérées et des jeux délibérés, tel que détaillé ci-dessous.

1.2.3.1. Les années d'échantillonnage

Pendant les « années d'échantillonnage » (*Sampling Years*), entre 6-13 ans, les enfants sont initiés au sport avec l'objectif premier d'éprouver du plaisir et de l'excitation lors de leur participation sportive. Ils participent donc à divers sports et expérimentent différentes manières d'accomplir les gestes sportifs, sans atteinte d'un but de performance précis. Ces années sont donc caractérisées par la présence d'une grande quantité de jeux délibérés. Par exemple, les athlètes débutent le jeu délibéré approximativement à cette période développementale : 6 ans au hockey (Soberlak et Côté, 2003), plus ou moins 7 ans dans divers sports collectifs (Baker et al., 2003) et plus ou moins 8 ans au football australien (Berry et al., 2008). Nous supposons donc que les skieurs tiendront plusieurs jeux délibérés au cours de cette période développementale. L'habileté sportive ciblée dans le jeu se complexifie au fur et à mesure que l'enfant joue (Côté et al., 2007). La structure du jeu change également qualitativement en fonction de l'âge de l'enfant-athlète (Côté et al., 2007). Cette phase s'apparente aux premières années identifiées antérieurement par Bloom (1985a).

---

[39] Le modèle de la participation sportive de Côté comprend d'autres éléments qui ne seront pas abordés dans le cadre de la présente recherche, tels que les trajectoires possibles de la participation sportive (abandon ou non) et la spécification des années selon la spécialisation sportive précoce ou tardive.

À la suite de la démonstration d'un intérêt dans le domaine et d'un avenir prometteur dans celui-ci, les parents introduisent leur enfant aux pratiques délibérées (Ericsson et al., 1993). Ericsson et ses collègues (1993) ajoutent que plus l'âge de la première exposition et les débuts de la pratique délibérée sont précoces, plus le niveau de performance atteint est élevé. À cet égard, les pianistes experts ont, en moyenne, commencé leur pratique quatre ans avant les pianistes amateurs (Ericsson et al., 1993). En somme, un individu qui a accumulé moins de pratiques à un certain âge est dans l'impossibilité de rattraper le niveau atteint par ceux qui, débutant des pratiques délibérées dès l'enfance, les ont maintenues à un niveau maximal au cours du temps (Ericsson et al., 1993).

1.2.3.2. Les années de spécialisation

Au cours des années de spécialisation (Specialization Years), entre 13 ans et 15 ans, les adolescents réduisent le nombre de sports pratiqués afin de développer les habiletés sportives d'un sport spécifique. Ainsi, une recherche auprès de 14 jeunes de 13 à 16 ans désirant atteindre un niveau compétitif dans une discipline précise (MacPhail et Kirk, 2006) met en évidence que ces sportifs ont pris conscience de l'importance d'un entraînement complet et d'une acquisition d'habiletés spécialisées par l'instauration de pratiques délibérées. Dans le domaine musical cette fois, Ericsson et ses collègues (1993) révèlent que les meilleurs violonistes ont dédié plus d'heures aux pratiques délibérées à l'adolescence que ne l'ont fait les bons violonistes. De plus, les violonistes experts ont dédié plus d'heures, au cours de leur carrière, aux pratiques délibérées que les professeurs de musique (Ericsson et al., 1993). Le temps dédié aux pratiques délibérées augmente, la présence de jeux délibérés se maintien, créant ainsi un équilibre quantitatif des catégories d'activités (Côté, 1999).

1.2.3.3. Les années d'investissement

Enfin, lors des années d'investissement (Investment Years), l'athlète de 15 ans et plus cherche à atteindre un niveau de performance élite dans un seul sport. Pour ce faire, il consacre un nombre important d'heures à la réalisation de pratiques délibérées pour développer des habiletés caractéristiques du sport. Le jeu diminue jusqu'à disparaître. Ce constat est d'ailleurs observable en piano où, à l'âge de 18 ans, les pianistes experts ont accumulé plus de 7 606 heures de pratique de plus que les amateurs (Ericsson et al., 1993). Cette répartition en « X » de la pratique délibérée et du jeu délibéré au cours du développement est également observée dans les études sur le hockey (Soberlak et Côté, 2003), la course (MacPhail et Kirk, 2006) et le soccer (Ford et al., 2012).

1.2.4. Une adaptation du modèle des pratiques et des jeux de Côté au ski de bosses : vers un modèle hypothétique des activités privées

Cette thèse a pour premier objectif d'établir les catégories d'activités privées menées, au cours de leur carrière, par des skieurs de bosses experts et prometteurs. Selon la littérature scientifique, l'expertise et le talent s'acquièrent au moyen de pratiques délibérées (motrices et réflexives), de pratiques spontanées (motrices et réflexives), de jeux délibérés et de jeux comme pratique. Nous y avons ajouté les trois catégories de jeux définies par Piaget (1945). Les pratiques et les jeux dirigés par l'enfant lui permettent d'explorer sa créativité alors que ceux dirigés par l'entraîneur lui permettent de développer les habiletés requises pour réussir dans le sport (Côté et al., 2013). De plus, la présence de ces pratiques et ces jeux varie au cours de la progression sportive et selon les exigences de performance.

Nous avons dégagé les critères d'identification de ces pratiques et de ces jeux prototypiques des individus experts. Cependant, les critères de Côté (Côté et al., 2013) ne s'appliquent qu'à la période de l'enfance (à l'exception de la définition de la pratique délibérée d'Ericsson et ses collègues (1993)) et qu'aux sports collectifs. Notre recherche étudiant l'ensemble de la carrière au sein d'un sport individuel (le ski de bosses), nous proposons plusieurs adaptations dans les sections suivantes.

1.2.4.1. Première adaptation : Activités privées identifiées[40]

Le programme des équipes régionales peut inclure des cours de trampoline, des cours de rampes d'eau et/ou des cours de ski en soirée. Les skieurs peuvent également se tourner vers des cours privés satisfaisant les critères de la pratique délibérée. Ainsi, depuis plusieurs années, des entraîneurs experts offrent aux skieurs des régions des Laurentides et de Québec des cours de ski, un soir par semaine.

Pour améliorer leurs sauts et/ou pour procéder à la qualification de leurs sauts inversés (voir section sur l'équipe régionale dans le préambule sur le ski de bosses), les skieurs de bosses s'entraînent aux rampes d'eau. Trois centres de rampes d'eau sont fréquentés par les skieurs de bosses provenant de l'est du pays : Saint-Hyppolite, Lac-Beauport et Lake Placid (USA). Les tremplins de rampes d'eau sont construits selon les dimensions des sauts de ski de bosses. Ainsi, dans les années 90, les skieurs québécois se déplaçaient au Lake Placid pour s'entraîner en camp avec un entraîneur québécois de renom. Au début des années 2000, le centre Acrobatx Rampes d'eau à Québec a été créé. Ce centre offre aux skieurs d'acheter des billets pour des journées d'entraînement sur rampes d'eau avec encadrement d'entraîneurs ou de s'inscrire à

---

[40] Les informations présentées dans cette section proviennent de l'expérience de la chercheuse dans le milieu du ski de bosses au Québec.

des camps de rampes d'eau. Il y a huit ans, un entraîneur a été engagé par l'OSBL Acroski pour superviser des entraînements aux rampes d'eau de Saint-Hyppolite, et ce, pendant deux étés. Ainsi, des athlètes ont bénéficié de ces cours privés hors du programme de leur équipe régionale. Après la fin de cet encadrement, les athlètes ont engagé eux-mêmes un entraîneur de leur choix.

Les skieurs suivent également des cours de trampoline, soit sous la supervision d'entraîneurs de ski de bosses certifiés, soit sous la supervision d'entraîneurs en centre de trampoline ou de gymnastique. Les athlètes choisissent eux-mêmes le lieu et l'entraîneur.

En somme, ce sport d'hiver exige un engagement à longueur d'année de la part des skieurs qui veulent développer leur expertise. L'hiver, le skieur de bosses s'entraîne au sein d'un club de compétition, il participe à des cours privés de ski. Lorsqu'il atteint l'âge de 14-16 ans, il suit un programme d'entraînement physique. L'été, il participe à des entraînements privés, tels que le trampoline, l'entraînement physique et la rampe d'eau.

1.2.4.2. Deuxième adaptation : Élimination du plaisir comme critère discriminant

Les recherches en psychologie du sport remettent en question le critère d'agréabilité (plaisir) de la pratique comme aspect critique de la pratique délibérée en sport. En premier lieu, les athlètes rapportent éprouver du plaisir lors de la pratique délibérée (Berry et al., 2008; Cumming et Hall, 2002; Hodge et Deakin, 1998; Hodges et al., 2004; Nordin et al., 2006). Les athlètes oublieraient les pratiques désagréables, cet oubli leur permettant de continuer la pratique (Hodges et al., 2004).

En second lieu, la valeur intrinsèque – qui se traduit par le plaisir – (Côté et al., 2007, 2013) comme critère distinctif entre le jeu et la pratique pose problème. Tout d'abord, selon la littérature sur le jeu chez l'enfant, la motivation intrinsèque n'est pas l'équivalent d'un plaisir éprouvé (Krasnor et Pepler, 1980) et elle en est d'ailleurs le critère le moins discriminant (Smith et Vollstedt, 1985). Le jeu chez l'enfant a, en effet, un but (purpose) qui oriente le jeu et détermine l'attitude affective de l'enfant envers le jeu (Vygotsky, 1933). Le plaisir, lors du jeu, n'est alors possible que si le résultat permet à l'enfant de combler ses besoins, ses incitations à agir et ses aspirations affectives (Vygotsky, 1933). Par exemple, dans un jeu sportif à l'âge scolaire, l'objet de gagner est reconnu à l'avance et c'est la victoire qui lui procure du plaisir et non le jeu sportif en lui-même (Vygotsky, 1933). Dès lors, la valeur intrinsèque du schéma d'Hakkarainen (1999) emprunté par Côté ne correspond pas, en définitive, au concept de plaisir – d'ailleurs, le mot « fun » n'est jamais mentionné dans l'article –, mais plutôt à la réalisation d'un jeu riche en contenu (valeur intrinsèque).

1.2.4.3. Troisième adaptation : Malléabilité du critère de l'entraîneur lors de la pratique délibérée

Dans le répertoire des pratiques et des jeux établi par Côté et ses collègues (2013), la pratique spontanée se distingue de la pratique délibérée et le jeu délibéré du jeu comme pratique selon la personne dirigeant l'activité : l'adulte (entraîneur) ou l'enfant (athlète). Cependant, ce critère n'est plus discriminatif pour les activités menées après l'enfance, et ce, principalement pour la pratique délibérée[41].

---

[41] Au-delà de l'enfance, ce critère – nous supposons – n'est pas problématique pour le jeu comme pratique puisque la littérature établit que la quantité de jeux délibérés diminue à partir de

En effet, lors de l'introduction aux pratiques délibérées dans l'enfance, le professeur dirige, structure et construit les pratiques délibérées en détenteur du savoir et de l'expertise (Ericsson, 1996, 1998, 2006, 2009; Ericsson et al., 1993). Avec l'acquisition de l'expérience (fin de l'enfance, adolescence) et l'aide du professeur/entraîneur, l'apprenant/l'athlète internalise les méthodes d'évaluation et de contrôle des effets de sa pratique délibérée (Ericsson, 1998; Ericsson et al., 1993). Enfin, lorsqu'il atteint l'expertise, l'apprenant peut construire lui-même sa pratique délibérée (fin de l'adolescence, jeune adulte) (Plant et al., 2005). Bien avant Ericsson, Vygotski explique « qu'en collaboration, sous la direction et avec l'aide de quelqu'un, l'enfant peut toujours faire plus et résoudre des problèmes plus difficiles que lorsqu'il agit seul » (Vygotsky, 1985, p. 271). En effet, ce passage d'une compétence interpsychique à une compétence intrapsychique est la résultante de cette intervention dans la zone de proche développement de l'enfant.

Ainsi, l'agent régulateur ou étayeur (entraîneur) de la pratique peut prendre différentes formes : des directives de l'entraîneur en cours de pratique bien sûr mais également l'établissement de buts de maîtrise à atteindre lors de la pratique délibérée ou encore la mobilisation, en cours de pratique autonome, du discours de l'entraîneur intériorisé par l'athlète.

---

l'adolescence, contrairement à la pratique délibérée qui prend place tout au long de la carrière; en plus d'augmenter à partir de l'adolescence (Côté, 1999). Ainsi, la régulation par l'entraîneur est probablement présente tout au long de la participation à ce type de jeux.

1.2.4.4. Quatrième adaptation : Création de critères pour les activités privées réflexives

La popularité de You Tube® et l'avènement des nouvelles technologies, telles que les téléphones intelligents, les tablettes et la caméra Go pro®, viennent élargir les possibilités d'activités privées chez les sportifs. En effet, les athlètes peuvent prendre les vidéos de leurs entraînements et de leurs compétitions et mener des activités privées de visionnement. Cette pratique est déjà reconnue en milieu sportif, sous forme d'entraînement à la vidéo (Baker et al., 2003; Catteeuw et al., 2009; MacMahon, Helsen, Starkes et Weston, 2007).

Outre ce type d'activité privée réflexive, les rencontres de discussion entre sportifs peuvent également constituer une forme de pratique délibérée. À titre d'exemple, Ollis et ses collègues (Ollis et al., 2006) ont observé des arbitres de haut niveau lors d'une rencontre où ils débattaient de la qualité d'une prise de décision et des moyens pour l'améliorer. Ces chercheurs ont jugé que le contenu de la rencontre répondait à la définition de la pratique délibérée.

L'imagerie mentale est également reconnue comme forme de pratique délibérée (Cumming et Hall, 2002; Cumming, Hall et Starkes, 2005; Nordin et al., 2006) puisqu'elle requiert des efforts et elle est pertinente à l'amélioration de la performance.

En somme, ces pratiques délibérées proposées dans la littérature sont susceptibles d'être présentes dans le parcours des skieurs de bosses étant donné que l'utilisation de la vidéo est pratique courante dans ce milieu, de même que l'usage de l'imagerie mentale. De plus, la présence de fratries et de cohortes de skieurs de bosses peut également favoriser la présence d'activités privées de discussion visant l'amélioration

de la performance. La possibilité de retrouver ces pratiques chez les skieurs de bosses requiert que les critères d'identification des pratiques délibérées réflexives et des pratiques spontanées réflexives se distinguent de ceux de la pratique délibérée motrice et de la pratique spontanée motrice.

1.2.4.5. Cinquième adaptation : Adaptation des règles du jeu délibéré pour le ski de bosses

Le jeu délibéré se caractérise par les propriétés suivantes : exploration des capacités physiques, possibilités d'improvisation et d'innovation, mais également adaptation flexible des règles du sport. L'établissement de ces caractéristiques repose sur l'étude exclusive du jeu délibéré dans les sports collectifs (Côté, Baker et Abernethy, 2003), tels que le football australien (Berry et al., 2008), le hockey (Soberlak et Côté, 2003), le netball, le basketball et le hockey sur gazon (Baker et al., 2003). De ce fait, les critères du jeu délibéré correspondent davantage aux particularités des sports collectifs qu'à celles des sports individuels ou d'opposition (ex. tennis, badminton, karaté, etc.). En effet, les règles des sports collectifs régulent les comportements des différents joueurs lors du jeu. Cette particularité ne s'applique pas au ski de bosses puisqu'il s'agit d'un sport individuel. Toutefois, lorsque les skieurs participent à des duels, les règles de distribution des points régulent le comportement des deux skieurs. Pour permettre une classification fine du jeu délibéré chez les skieurs, nous adaptons le critère de règles afin que celui-ci ne régule pas uniquement les comportements interindividuels. Ainsi, les règles du jeu délibéré en ski de bosses peuvent se présenter de cette manière : reprise des critères de jugement de la FIS (Annexe B) ou création de règles qui régulent le déroulement de l'activité (ex. l'ordre de passage pour sauter, premier arrivé en bas, etc.).

1.2.4.6. Récapitulation des critères d'identification des pratiques et des jeux

Les critères d'identification caractérisant chacune des pratiques et chacun des jeux prototypiques sont présentés dans le tableau ci-dessous (Tableau 1.1), sous les dimensions suivantes :

- **Orientation temporelle** : la visée temporelle de l'amélioration de l'habileté ;
- **Gratification** : le moment lors duquel l'athlète perçoit les bénéfices de l'activité ;
- **Forme d'étayage** : l'étayeur de l'activité ;
- **Régulation de l'activité** : le dirigeant du déroulement de l'activité ;
- **Objectif de l'activité** : l'objectif de l'activité ;
- **Situation sociale** : l'environnement social dans lequel se déroule l'activité ;
- **Environnement :** l'inscription ou non dans un curriculum préétabli d'acquisition d'habiletés (structuré).

Tableau 1.1. : Les critères d'identification des pratiques et des jeux associés au développement de l'expertise, du talent et de l'enfant

	Ericsson	Ericsson	Côté			Ajout hypothétique	Piaget		
	Pratique délibérée	***Pratique délibérée réflexive***	**Pratique spontanée**	**Jeu comme pratique**	**Jeu délibéré**	***Pratique spontanée réflexive***	***Jeu de règles***	***Jeu symbolique***	***Jeu d'exercice***
Orientation temporelle	Futur	*Futur*	Présent	Présent	Présent	*Présent*	*Présent*	*Présent*	*Présent*
Gratification	Après, lors de la performance en situation institutionnelle	*Après, lors de la performance en situation institutionnelle*	Immédiate, par l'amélioration en cours de pratique	Immédiate	Immédiate	*Après, lors de la performance en situation institutionnelle*	*Immédiate*	*Immédiate*	*Immédiate*
Forme d'étayage	Prescrite et guidée par l'entraîneur *(présence physique ou intériorisation)*	*Prescrite et guidée par l'entraîneur (présence physique ou intériorisation)*	Absence d'étayage ou étayage par ses coéquipiers ou un autre athlète	Mis en place et dirigé par l'entraîneur	Absence d'étayage ou instructions minimales par le parent ou étayage par ses coéquipiers ou un autre athlète	*Absence d'étayage ou étayage par ses coéquipiers ou un autre athlète*	*Aucun*	*Aucun*	*Aucun*
Régulation de l'activité	Régulée par l'entraîneur	*Régulée par l'entraîneur*	Autorégulée ou régulée par un autre athlète	Régulé par l'entraîneur	Autorégulé ou régulé par un autre athlète/parent ; régulé par les *règles du sport adaptées par les athlètes*	*Autorégulée ou régulée par un autre athlète*	*Autorégulé ou régulé par d'autres enfants*	*Autorégulé ou régulé par d'autres enfants*	*Autorégulé*

					afin de répondre aux caractéristiques de l'environnement				
Objectif de l'activité	Amélioration d'une habileté en vue d'une performance future	*Réflexion sur l'amélioration d'une habileté en vue d'une performance future*	Pratique d'une habileté sportive	Situations d'apprentissage plaisantes lors de l'entraînement	Exploration des capacités physiques dans le respect des règles sportives établies	*Réflexion sur l'amélioration de l'habileté sportive*	*Respect de la règle dirigeant le jeu*	*Reproduction de symboles*	*Exercice de son pouvoir sensori-moteur sur soi-même*
Situation sociale	Seul ou avec l'entraîneur	*Seul ou avec l'entraîneur*	Seul ou avec d'autres athlètes de divers âges et divers niveaux	Avec d'autres athlètes	Seul, ou avec d'autres athlètes de divers âges et divers niveaux et/ou adultes;	*Seul ou avec d'autres athlètes de divers âges et divers niveaux*			
Environnement	Structuré	*Structuré*	Non structuré	Structuré	Non structuré	*Non structuré*			

LÉGENDE. Les informations en *italique* correspondent aux critères adaptés et proposés pour la présente recherche.

1.3. Questions de recherche

Cette thèse porte sur les activités privées menées par des skieurs de bosses experts et prometteurs au cours de leur carrière sportive. Cette première partie de la thèse a pour enjeu de répondre aux questions suivantes :

1. Les pratiques et les jeux définis par Ericsson (Ericsson et al., 1993), par Côté (Côté et al., 2013) et par Piaget (1945) sont-ils présents dans le parcours des skieurs de bosses ? Les skieurs de bosses ont-ils tenu au cours de leur carrière des pratiques délibérées réflexives et des pratiques spontanées réflexives ?
2. Les skieurs ont-ils mené des activités privées non prévues dans la littérature ?
3. Les activités privées menées par les skieurs de bosses se présentent-elles en cohérence avec les enjeux développementaux de la pratique sportive ?
4. Ces activités privées sont-elles propres au ski de bosses ?

1.4. Méthodologie de collecte de matériaux

Pour répondre à ces questions de recherche, nous réalisons un entretien avec chaque skieur de bosses pour qu'il évoque son vécu lors des différentes activités privées menées au cours de sa carrière. Les sections suivantes présentent la méthodologie de

collecte de données/matériaux[42] et le raisonnement théorique sous-jacent. La première section porte sur les principes empruntés à l'entretien d'explicitation (Vermersch, 1994) pour accéder aux activités privées. La deuxième section présente la construction de la grille d'entretien. Finalement, la dernière section est consacrée à la mise en œuvre de l'entretien semi-directif et rétrospectif.

1.4.1. L'entretien d'explicitation

L'entretien a pour enjeu d'évoquer le vécu lors des activités privées au cours de la carrière sportive. Or, le vécu est principalement passivement mémorisé (Vermersch, 2015). De plus, lorsque les athlètes discutent de leurs techniques sportives, ils ont tendance à évoquer leurs sensations personnelles et corporelles (Durand, Geoffroi et Jacquemont, 1993), qu'ils traduisent difficilement en mots. L'évocation requiert donc un accompagnement de la part de l'intervieweuse pour faciliter la remémoration de leur vécu lors des diverses activités privées menées au cours de leur carrière sportive. Notre méthodologie de collecte de matériaux doit permettre : 1) l'identification des activités privées qui ont eu lieu du début de la carrière jusqu'au moment de l'entretien et 2) le rappel et l'évocation du vécu lors des activités privées. La méthodologie d'entretien d'explicitation de Vermersch (1994) offre les principes d'accompagnement dont nous nous inspirons.

L'entretien d'explicitation se définit comme « une technique d'accompagnement qui a pour but d'aider le sujet à se rapporter à un moment singulier, à le présentifier (à le rendre à nouveau dans une qualité de présence vivante dans la représentation), et à

---

[42] Au Québec, le terme « données » est employé tandis qu'en France, le terme « matériaux » est employé. Le terme « matériaux » sera utilisé dans la présente thèse.

fragmenter la description » (Vermersch, 2000, p. 249). Cet entretien porte sur une activité finalisée et il vise à cerner la cohérence de réalisation de celle-ci (Vermersch, 2015). L'entretien focalise sur l'action, qui fait partie de la mémoire procédurale, sensorielle et concrète (Vermersch, 1994), mais sollicite également les informations satellites de l'action, telles que le contexte, l'intentionnel (but), les jugements (commentaires) et le déclaratif (savoirs), tel qu'illustré et expliqué par Faingold (1998) (Figure 1.2) :

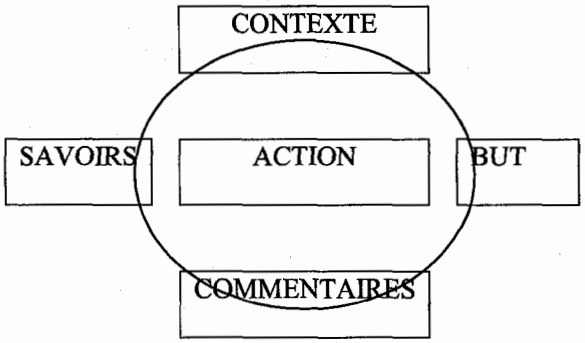


Figure 1.2. : Éléments sollicités lors de l'entretien d'explicitation

> Il se joue mentalement pour le sujet en cours d'action un certain nombre d'opérations mentales exprimées en position de parole incarnée[43] sous forme de prise d'information sur le contexte, sous forme de commentaire interne, sous forme de but en cours d'action, ou encore sous forme de savoir mobilisé dans l'action. À ce stade, on se situe au plan de la description de l'action, mais le concept d'action s'est élargi à toutes les opérations mentales simultanément mobilisées dans la situation évoquée, telles qu'elles sont restituées pas à pas en position d'explicitation (p. 3).

---

[43] « Cette parole requiert que l'individu tourne son discours vers lui-même plutôt que vers l'autre » (Faingold, 2001, p. 11). Ainsi, l'individu utilisera le « je » afin d'être au plus près de son vécu (Faingold, 2001 ; Vermersch, 2015).

Ainsi, l'entretien d'explicitation débute par l'évocation de l'action finalisée et/ou par les informations satellites susceptibles de la documenter. Ces éléments sont donc des objets permettant une prise de conscience par le passage au plan de la représentation d'un contenu qui n'était qu'agi (action) (Vermersch, 1994). Dans un second temps, le sujet doit prendre pour objet de réflexion le contenu de sa représentation de l'action, qui est le produit du reflet de l'agi (Vermersch, 1994). Ainsi, la personne doit transformer, par l'explicitation, un contenu d'expérience en « objet de pensée » à partir duquel d'autres élaborations sont possibles, impliquant ainsi un retour réflexif sur l'expérience (la prise de conscience) d'une situation spécifique. Ce retour réflexif repose sur un contact avec soi-même et son vécu, que l'individu met en mots au moyen de l'évocation[44] et parfois du rappel[45] (Faingold, 2001). Il prend la forme d'une parole incarnée (Vermersch, 1994) et lors de cette parole, l'individu est amené à décrire ses actions matérielles et mentales relativement à une tâche finalisée ayant eu lieu à un moment particulier (Vermersch, 1994). Ce faisant, le skieur explicite ses actions lors d'un saut (ainsi que ses buts, ses savoirs, ses commentaires et son contexte) à un moment particulier (ex. activité privée sur l'ÉR) et non ce qu'il fait en général lorsqu'il accomplit ce type de saut. Ce retour réflexif s'observe en entretien lorsqu'il y a « apparition simultanée d'une coloration émotionnelle, d'une intensité nouvelle dans la tonalité de la voix, de gestes plus précis… » (Faingold, 2005, p. 6). Cette apparition correspond à l'éveil involontaire, qui se présente spontanément par une démarche de recherche d'une évocation (Vermersch, 2015). En d'autres mots,

> La qualité des verbalisations obtenues quand le sujet parle non plus sur le mode du commentaire (au sujet de son vécu), mais sur le mode de la prise

---

[44] L'**évocation**, qui est « involontaire, incarnée, concrète, quasi sensorielle, émotionnelle quand le passé l'était, chaude, donnant le sentiment plus ou moins poussé de retrouver la vie du passé » (Vermersch, 2015, p. 37).

[45] Le **rappel** est « volontaire, marqué par un effort, abstrait, non sensoriel, non émotionnel, sec, principalement impliqué dans le rappel des connaissances » (Vermersch, 2015, p. 37).

> de conscience (à partir de son vécu actualisé) est le signe de renversement sémantique qui permet au sens d'émerger (Vermersch, 2001 cité dans Faingold, 2001, p. 41).

Toutefois, cette mise en mots est faite de manière laborieuse puisqu'elle porte sur des éléments qui n'ont jamais encore été verbalisés et l'individu doit identifier le mot subjectivement juste qui correspond à son vécu (Faingold, 2011). Par conséquent, Vermersch et Faingold recommandent différentes manières de formuler les questions d'entretien.

1.4.2. Formulations des questions pour l'entretien d'explicitation

En cours d'entretien d'explicitation, l'intervieweur doit « rendre possible la re-présentification dans toute sa richesse sensorielle, corporelle et émotionnelle, de vécus qui n'ont jamais encore été mis en mots » (Faingold, 2001, p. 41). C'est donc par l'emploi de diverses formulations de questions que le skieur peut entrer en contact avec son expérience passée (Faingold, 2001) et laisser émerger l'information non conscientisée touchant à l'action (Vermersch, 1991). Vermersch propose différentes formulations pour y arriver (Tableau 1.2) :

Tableau 1.2. : Formulation des questions proposées par Vermersch (1991)

Ce qu'il faut faire[46]	**Exemples**
Produire des questions qui appellent la description, qui sont liées à la sensorialité et à ses différentes modalités.	« À quoi le vois-tu ? » « Qu'est-ce que tu as senti ? »
Produire des questions portant sur le « comment » qui vont aussi dans le sens de la description. Elles engagent le sujet à faire le récit de son action, de ses identifications.	« Comment le sais-tu ? » « Comment as-tu fait ? »

[46] Qui amène le sujet à ré-évoquer le déroulement de son action et/ou la sensorialité qui lui était liée.

Produire des questions qui aident le sujet à spécifier l'ordre temporelle et la localisation spatiale.	« Qu'as-tu vu en premier ? » « Et avant ? »

Faingold (2005) propose également les formulations suivantes (Faingold, 1998, p. 20) pour atteindre la description de l'action en sollicitant les informations satellites :

- Prise d'information : « *et quand tu fais ça, qu'est-ce que tu perçois ?* »
- Buts : « *et quand tu fais ça, qu'est-ce que tu cherches ?* »
- Commentaires internes : « *et quand tu fais ça, qu'est-ce que tu te dis ?* »
- Les savoirs en action : « *et quand tu fais ça, qu'est-ce que tu sais déjà ?* »

L'utilisation des formulations proposées par Vermersch et Faingold devrait favoriser l'émergence, chez les skieurs, des éléments sensoriels (des images, sons, ressentis corporels, etc.) relatifs au lieu de l'activité privée, sa position dans l'espace, ses sensations et ses prises d'information (Faingold, 1998). Ces formulations devraient également favoriser la re-présentification[47] du déroulement des activités privées, permettant ainsi d'accéder à l'objet de leur activité privée et aux connaissances mobilisées au cours de celle-ci.

Nous adaptons les propositions de formulations de questions par Vermersch et Faingold en les contextualisant aux activités privées et au ski de bosses.

[47] Le vécu passé se présente à nouveau dans le présent avec des colorations émotionnelles, corporelles et sensorielles.

1.4.3. Mise en œuvre de l'entretien semi-directif et rétrospectif

Dans le cadre de notre recherche, nous employons la structure d'un entretien semi-directif et rétrospectif. Ericsson et Charness (1994) recommandant d'étudier la performance experte acquise graduellement au cours de la vie (Ericsson, 2006), l'entretien porte des débuts en ski jusqu'au moment de l'entretien. Ainsi, la composante directive de l'entretien repose sur le guidage, par l'intervieweuse, des thèmes de l'entretien en lien avec les différentes équipes de bosses. L'aspect non-directif repose sur l'évocation du vécu lors des activités privées « qui illustrent le mieux l'activité que l'on veut étudier[48] » (Vermersch, 2015, p. 45). En effet, lorsqu'un individu évoque un moment de pratique antérieur, « le choix du moment par le sujet lui-même peut donner lieu à différents tâtonnements. Dans l'approche qui privilégie comme point de départ le récit d'un moment de pratique, le sujet ne sait pas a priori sur quel moment il aura envie de revenir » (Faingold, 2011, p. 24), mais celui-ci doit porter sur un moment particulier (Vermersch, 2015). Ainsi, la grille d'entretien est construite de manière à cibler une activité précise ayant lieu à une époque précise (ex. équipe régionale) (aspect directif) permettant ainsi l'évocation de l'activité privée lui étant significative (aspect non-directif).

1.4.4. Construction de la grille d'entretien

L'entretien porte sur la participation aux activités privées des débuts en ski de bosses jusqu'au niveau de compétition atteint au moment de l'entretien. Notre grille d'entretien semi-directif et rétrospectif est donc construite de manière à faciliter la

---

[48] Ce qui est acceptable selon Vermersch (2015) puisque cela s'inscrit dans une optique de recherche et non dans une étude de pratique professionnelle.

remémoration sur une longue période de vie puisque, dans certains cas, la carrière des skieurs s'étale sur plus ou moins 20 ans (Tableau 1.3). La grille d'entretien débute par le rappel des débuts en ski alpin et de l'inscription dans une équipe de ski de bosses (effet de primauté). Par la suite, l'athlète décrit le plus haut niveau de compétition qu'il a atteint et les éléments tactiques, techniques, mentaux, et physiques qui, selon lui, lui ont permis de se rendre jusqu'à ce niveau (effet de récence). Notre conceptualisation de l'activité privée est expliquée et illustrée au moyen d'une vidéo[49] de Sidney Crosby (hockeyeur de la Ligue nationale de hockey) qui, vers l'âge de 13-14 ans, pratiquait ses lancers de hockey dans son sous-sol. Suivant cet exemple, le skieur est amené à expliciter les activités privées qu'il mène actuellement. Puis, l'entretien s'oriente sur les activités privées qu'il a tenues lorsqu'il était membre de l'ÉQ et l'ÉR. Les formulations de questions sont construites et rédigées, sous forme d'aide-mémoire, selon les recommandations de l'entretien d'explicitation et de la perspective ethnographique. Cette grille d'entretien a été validée auprès d'un skieur actif de l'équipe nationale groupe C en 2011 afin d'en assurer la clarté et l'effectivité.

---

[49] Youtube. (2017, 6 décembre) *Lost footage of a young Sidney Crosby* [vidéo] Récupéré de https://www.youtube.com/watch?v=neO44K7Awg0

Tableau 1.3. : Grille d'entretien semi-directif et rétrospectif pour le ski de bosses

GRILLE D'ENTRETIEN

Identification de l'athlète : Statut de l'athlète :

Actif ou non en compétition : Codification :

Lieu de rencontre : Date :

Nom de l'intervieweuse :

Grille d'entrevue

Bonjour,

J'aimerais m'entretenir avec vous au sujet de votre parcours sportif. De vos débuts jusqu'à l'étape actuelle.

Je voudrais connaître les étapes de votre carrière sportive et comment vous les avez vécues.

1- Des débuts à la consécration en ski de bosses

1.1 Racontez-moi vos débuts en ski alpin.
1.2 Et puis vous décidez de commencer le ski de bosses. C'est à quel moment ? Qu'est-ce qui fait que vous passez du ski alpin au ski de bosses ?
1.3 Finalement, vous vous êtes inscrit dans l'équipe ? En Mini-bosses ou en compétition?
1.4 Quand êtes-vous devenu un Olympien/Champion du monde/Coupe du monde/Noram ?
1.5 Vous avez atteint ce niveau en ANNÉE. Revenez à cette époque. Quels sont les ingrédients (techniques, stratégiques, mentaux et physiques) qui vous ont permis, à ce moment-là, d'accéder à ce niveau de compétition ?

2- Préparation de la période récente

2.1. Vous êtes dans la session en préparation pour atteindre ce haut niveau. Quel est votre plan d'entraînement ?
2.1.1. Lorsque vous vous préparez à cette compétition, vous n'êtes pas toujours avec vos co-équipiers ou vos entraîneurs. Que faites-vous, par vous-même, pour vous préparer ? Systématique ? Pour résoudre une difficulté (technique locale, apprentissage, performance, dépassement d'autrui) ?
2.1 Quelles initiatives prenez-vous face aux instructions de votre entraîneur ? (par exemple, décider de faire le saut autrement)
2.2 Comment obteniez-vous du feedback sur votre activité ?
2.3 Qui vous a encouragé à faire ces activités ?

3- Les activités privées au cours de la carrière

3.1. Quelles ont été les niveaux et les dates ?
3.2. Évocation d'un aménagement de sous-sol. (Sydney Crosby)
3.2. Vous êtes sur l'équipe régionale en ANNÉE. Avez-vous une pratique avec l'équipe et une pratique personnelle ? Lesquelles ?
3.3. Qui vous a encouragé à faire ces activités ?
3.4. Aviez-vous régulièrement cette activité ou à des moments précis ? (donnez-moi des exemples)

4- Questions flottantes à demander au moment approprié

4.1 Racontez-moi le moment où vous avez eu l'idée d'être un athlète d'élite ?

4.2 Racontez-moi le moment où vous avez débuté à vous entraîner de façon régulière ?
4.3 Racontez-moi le moment où vous avez décidé de devenir une athlète d'élite ?
4.4 Racontez-moi le moment où vous avez commencé à passer vos temps libres à des activités reliées à votre sport ? Pourriez-vous me décrire certaines activités que vous faisiez ? Est-ce vous qui les aviez initiées ou quelqu'un vous les avait recommandées (ex : vos parents) ?
4.5 Vous est-il déjà arrivé d'avoir l'impression de plafonner ? De ne plus avancer dans votre pratique ? De rester au même niveau ? Qu'avez-vous fait alors pour contrer cela et continuer à progresser ?

5- Premières expériences pour les sauts
5.1 Racontez-moi comment se sont passés vos premiers 360°, vos premiers backflips ?
5.2 Qu'avez-vous senti lors de vos premier 360°, backflip, D-spin, backfull ?
5.3 Qu'avez-vous ressenti lorsque vous avez fait votre meilleur 360°, backflip, D-Spin, backfull ?
5.4 Sauriez-vous me décrire le 360°, backflip, D-spin, Backfull parfait ?

6- Présentation du concept d'activité privée : la littérature portant sur l'expertise sportive a déterminé différents ingrédients nécessaires à la réussite sportive, comme la motivation, une bonne gestion du stress, etc. Par contre, l'ingrédient commun à tous ces experts est l'activité privée. Celle-ci peut prendre plusieurs formes. Par exemple, la plus connue est la pratique délibérée, qui requiert un engagement intensif sur le perfectionnement d'un aspect particulier de la performance motrice. Par exemple, les meilleurs violonistes au monde sont ceux qui ont pratiqué en solitaire le plus souvent et le plus assidûment.
6.1 Diriez-vous que vous avez eu des pratiques comme celles-ci au cours de votre carrière ? Si oui, pourriez-vous me les décrire ? Ex. : livres, vidéos, sauts dans la cour, skier le soir, etc.

7- Exemple d'accompagnement de l'évocation de visionnement de vidéos, tel que recommandé par Vermersch et Faingold
7.1 Si nous nous centrons sur votre visionnement de vidéos de skieurs de la Coupe du monde. Pourriez-vous tout d'abord m'expliquer ce qui vous a amené à regarder ces vidéos ?
7.2 D'où proviennent ces vidéos que vous regardiez ? (le boss des bosses JLB, RDS, Radio-Canada, les Olympiques enregistrés, l'Internet, vidéos personnelles).
7.3 Avec quels critères de vue (par exemple, de face, de côté, plusieurs angles de vue, etc.) choisissiez-vous les vidéos ?
7.4 Que voyiez-vous en premier quand vous regardiez la vidéo ?
7.5 Aviez-vous un skieur favori ?
7.6 Quelles sont les caractéristiques de ce skieur que vous appréciez ?
7.7 Pourriez-vous me décrire à quel endroit étiez-vous lorsque vous visionniez ces vidéos ?
7.8 Étiez-vous seul ou avec d'autres personnes ?
7.9 Comment étiez-vous placé ? Assis ? Debout ?
7.10 Que regardiez-vous ? Que faisiez-vous ?
7.11 Durant l'observation, tentiez-vous de vous imaginer à la place du skieur que vous regardiez ? ou bien tentiez-vous de ressentir dans votre propre corps ce que le skieur dans la vidéo ressentait ?
7.12 Comment faisiez-vous pour trouver les informations dans la vidéo ? (vous mettre debout, vous parler, etc.)
7.13 Regardiez-vous le skieur en relation avec son environnement ?
7.14 Quelles informations avez-vous acquises grâce au visionnement de vidéos présentant un modèle au début ? Lorsque vous étiez sur l'équipe provinciale ? Lorsque vous étiez sur l'équipe nationale ?
7.15 Comment saviez-vous quoi regarder ?
7.16 Est-ce que votre façon de regarder des vidéos a changé d'hier à aujourd'hui ?
7.17 Pensez-vous que d'avoir regardé ces vidéos a pu être un élément qui vous a aidé à atteindre

l'excellence ? Pourriez-vous m'expliquer comment ? 7.18 En quoi le visionnement de vidéos présentant un modèle vous a amené des bénéfices différents de ceux du visionnement de vidéos de votre propre performance ?

1.4.5. Déroulement de l'entretien d'explicitation

La présentation des questions au cours de l'entretien d'explicitation se produit selon l'ordre thématique de la grille, mais également selon le moment opportun dans le cours des verbalisations du skieur, et enfin selon l'étayage nécessaire à l'explicitation de son activité privée. L'objectif est de susciter l'évocation afin que le skieur « connecte » avec ce qui lui était intime, personnel et propre lors de son activité privée (Vermersch, 2015).

Dans les cas où l'évocation de l'activité privée ne se produit pas d'elle-même, deux stratégies facilitent l'évocation (Vermersch, 2015) : 1) mettre en place les conditions (ex. acceptation inconditionnelle du discours, temporalité (donner le temps d'évoquer), etc.) autorisant le skieur à adopter une posture d'abandon lui permettant de prendre le temps de laisser venir l'évocation d'une action passée ; 2) adopter un rythme de parole lent et prendre des pauses pour libérer un espace pour laisser l'évocation se présenter. Bien que les experts n'aient pas de difficulté à se souvenir des détails, des événements et des personnes significatifs pour eux (Bloom, 1985a), la remémoration peut être étayée, si besoin est. Nous pouvons, par exemple, émettre des hypothèses sur la situation sociale entourant l'activité privée (quels coéquipiers/quelles coéquipières ; quels/quelles entraîneur(e)s), ou refléter le niveau de compétition auquel fait référence le skieur, mais également en fournissant des indices sensitifs, tels que la couleur du manteau et la description de la montagne de ski. De plus, nous nous servons de l'appartenance aux équipes sportives pour créer un

ancrage dans la temporalité de l'explicitation permettant ainsi d'établir à quel moment de la carrière les diverses activités privées se sont produites.

Nous devons également nous assurer que le skieur n'est pas dans une posture de généralisation, perdant ainsi l'intimité avec le vécu (Vermersch, 2015). Si tel est le cas, nous nous assurons de ramener le skieur vers soi et vers son vécu (Vermersch, 2015).

1.4.6. Procédure de collecte de matériaux

1.4.6.1. Critères de sélection des skieurs de bosses

Pour avoir une meilleure compréhension de ce qui caractérise les experts, et tel que recommandé par Ericsson et ses collègues (1993), nous sélectionnons des skieurs et des skieuses[50] de différents niveaux d'expertise pour comparer leurs activités privées à différents moments de leur développement (équipes, niveaux de compétition). Nous souhaitons interroger des skieurs et des skieuses puisque tous deux pratiquent ce sport, mais également pour explorer si les activités privées se présentent de la même façon selon le genre.

Ainsi, nous considérons les deux degrés d'expertise les plus élevés en ski de bosses au Canada (veuillez vous référer au préambule sur le ski de bosses et l'Annexe E qui décrit les niveaux de compétition associés) : des skieurs élites (équipe nationale (ÉN) : Olympiens, Coupe du monde et circuit Nord-Américain) et des skieurs prometteurs (équipe du Québec (ÉQ) : circuits Nord-Américain et national). Les skieurs de l'ÉN, tant habitant au Québec qu'hors Québec, sont considérés puisque

[50] Dans cette section, il est important de tenir compte du féminin puisque des skieuses sont sollicitées pour participer aux entretiens.

ceux-ci viennent en camp d'entraînement au Québec. Toutefois, seuls ceux provenant de l'ÉQ ont été considérés à des fins d'accessibilité puisque les skieurs des autres équipes provinciales se déplacent rarement au Québec. De plus, les skieurs de l'ÉQ sont parmi les meilleurs au Canada. Par conséquent, nos critères de sélection sont :

- **Skieurs de bosses élites :** avoir participé aux Jeux olympiques de Vancouver 2010 et/ou être membre de l'équipe canadienne de ski acrobatique en bosses (ÉN) lors de la saison 2010-2011.
- **Skieurs de bosses prometteurs** *:* être membre d'une équipe provinciale de ski de bosses du Canada, soit celle du Québec. Le critère de sélection pour l'étude est d'être sur l'ÉQ groupe performance lors de la saison 2010-2011.

De cette façon, les participants de cette étude sont encore actifs sur les circuits de compétition ou nouvellement retraités. Les niveaux d'expertise sont reclassés après les entretiens afin de permettre une distinction plus fine des niveaux de chacun (section 1.4.7.).

1.4.6.2. Le recrutement des participants

Un certificat d'éthique a été obtenu auprès du comité d'éthique de l'UQÀM. La sollicitation à participer à cette recherche a nécessité l'aide de deux organisations en ski acrobatique. Premièrement, les athlètes de l'ÉN ont été invités à participer à l'étude en juin 2011au moyen d'un courriel envoyé par le directeur du programme haute performance à l'ACSA, demandant leurs disponibilités pour des entretiens. De leur côté, les skieurs de bosses de l'ÉQ ont été contactés en juin 2011 au moyen d'un courriel envoyé par la directrice générale de la FQSA. Au total, trente skieurs de

bosses ont été contactés. Trois d'entre eux ont refusé de participer par manque de disponibilités, et ce, malgré une sollicitation en personne, et dix n'ont pas répondu à la sollicitation. Dix-sept skieurs ont accepté de participer à l'étude (cinq femmes; 12 hommes).

1.4.7. Description des participants

1.4.7.1. Codage des participants

Pour assurer l'anonymat, un code est attribué à chacun des participants selon : 1) l'équipe d'appartenance (ÉN (groupe A, B ou C) ou ÉQ); 2) le classement d'expertise (points FIS) au sein de l'échantillon (numéro de 1 à 17); 3) leur genre (H pour hommes et F pour femmes). Par exemple, le participant ÉNA3H est un skieur homme de l'équipe nationale du groupe A et il est classé le troisième meilleur de l'échantillon.

1.4.7.2. Description de l'échantillon

L'échantillon est composé de 17 skieurs. Dix proviennent de l'équipe nationale et sept de l'équipe du Québec. Plus précisément, quatre hommes proviennent du groupe A, deux hommes proviennent du groupe B et deux hommes et deux femmes proviennent du groupe C. Le tableau 1.4 présente l'âge des participants ainsi que le niveau d'expertise en fonction de notre codage.

Tableau 1.4. : Répartition des âges au moment de l'entretien

Skieurs/skieuses	Âge au moment de l'entretien
ÉNA1H	23
ÉNA2H	25
ÉNA3H	18
ÉNA4H	22
ÉNB5H	21
ÉNB6H	21
ÉNC7H	20
ÉNC8H	22
ÉNC9F	21
ÉNC10F	19
Moyenne d'âge : 21 ans (σ = 1.8 années)	

Skieurs/skieuses	Âge au moment de l'entretien
ÉQ11H	18
ÉQ12F	18
ÉQ13F	16
ÉQ14H	15
ÉQ15H	19
ÉQ16H	19
ÉQ17F	17
Moyenne d'âge : 17 ans (σ = 1.4 années)	

1.4.7.3. Niveau d'expertise des skieurs

La qualité de la performance sportive est la résultante évaluée et comparée de l'action motrice au sein d'une compétition encadrée par une institution sportive (ex. fédération ou association). Ces évaluations et ces comparaisons sont fonction de critères d'évaluation, tels que le temps d'exécution, la distance ou le jugement, qui sont déterminés par l'institution encadrant le sport. Ainsi, la régularité de performance lors des compétitions permet de discriminer les niveaux d'expertise d'individus au sein d'un domaine donné et sur une tâche précise. C'est donc en nous basant sur les pointages de la FIS que nous avons déterminé les niveaux d'expertise des skieurs de bosses (points attribués aux JO, en Championnat du monde, sur les circuits de la Coupe du monde et/ou Nord-Américain). De manière qualitative, le tableau suivant présente les plus hauts niveaux de performance atteints pour chaque skieur de bosses (Tableau 1.5).

Tableau 1.5. : Niveaux de compétition

Skieurs/skieuses	Niveau de compétition le plus élevé
ÉNA1H	Olympiques et Championnat du monde
ÉNA2H	Olympiques et Championnat du monde

ÉNA3H	Championnat du monde et Circuit de la Coupe du monde
ÉNA4H	Championnat du monde et Circuit de la Coupe du monde
ÉNB5H	Championnat du monde et Circuit de la Coupe du monde
ÉNB6H	Circuit de la Coupe du monde
ÉNC7H	Circuit de la Coupe du monde
ÉNC8H	Circuit de la Coupe du monde
ÉNC9F	Circuit de la Coupe du monde
ÉNC10F	Circuit Nord-Américain
ÉQ11H	Championnat du monde junior et Circuit Nord-Américain
ÉQ12F	Championnat du monde junior et Circuit Nord-Américain
ÉQ13F	Circuit Nord-Américain et Jeux du Canada
ÉQ14H	Circuit Nord-Américain
ÉQ15H	Circuit Nord-Américain
ÉQ16H	Circuit Nord-Américain
ÉQ17F	Circuit Nord-Américain

En plus de l'atteinte des plus hauts niveaux de compétition, le skieur ÉNA1H a été récipiendaire du trophée remis au meneur du circuit de la Coupe du monde. Les skieurs ÉNA1H, ÉNA3H, ÉNA4H et ÉNB5H ont gagné le trophée de la recrue de l'année sur le circuit de la Coupe du monde.

1.4.7.4. Trajectoire développementale au sein des différentes équipes

Tous les skieurs de bosses de cette recherche ont été membres d'une équipe régionale et de l'équipe du Québec. Sept sont membres de l'équipe du Québec et dix font partie de l'équipe nationale au moment des entretiens. Le tableau 1.6 présente l'âge de chacun des skieurs au moment de leur appartenance à ces différentes équipes. Le tiret signifie que le skieur a « sauté » cette équipe pour accéder directement à la suivante. Les autres cases remplies d'un « Oui » signifie que le skieur a accédé à cette équipe après la recherche. Les cases remplis d'un « Pas encore » signifient que le skieur est encore actif sur les circuits de compétition et n'a pas atteint au moment des entretiens

un niveau supérieur. Le « jamais » signifie que ce skieur n'a jamais atteint cette équipe cinq ans après les entretiens.

Tableau 1.6. : Trajectoire au sein des différentes équipes de ski de bosses et statut post-entretien selon l'âge d'entrée

	Début en ski	Équipe régionale	Équipe du Québec	Équipe nationale groupe C	Équipe nationale groupe B	Équipe nationale groupe A
ÉNA1H	3	7	15	-	17	18
ÉNA2H	4	8	18	-	23	24
ÉNA3H	4	8	15	-	17	18
ÉNA4H	2	7	15	-	18	19
ÉNB5H	2	9	15	-	19	*Oui*
ÉNB6H	5	10	16	20	21	*Pas encore*
ÉNC7H	4	7	14	18	*Jamais*	*Jamais*
ÉNC8H	4	9	16	22	23	*Jamais*
ÉNC9F	2	12	17	19	*Jamais*	*Jamais*
ÉNC10F	2	12	15	19	*Jamais*	*Jamais*
ÉQ11H	2	9	14	*Oui*	*Pas encore*	*Pas encore*
ÉQ12F	6	12	16	*Oui*	*Jamais*	*Jamais*
ÉQ13F	2	8	14	*Oui*	*Oui*	*Pas encore*
ÉQ14H	6	10	14	*Oui*	*Oui*	*Pas encore*
ÉQ15H	2	9	16	*Jamais*	*Jamais*	*Jamais*
ÉQ16H	2	10	17	*Jamais*	*Jamais*	*Jamais*
ÉQ17F	2	12	15	*Jamais*	*Jamais*	*Jamais*
Âge moyen	3,18	9,35	15,41	19,60	19,71	19,75
Écart-type	1,42	1,75	1,14	1,52	2,63	2,87

Les cinq meilleurs skieurs de bosses de l'échantillon ont atteint directement le groupe B de l'équipe nationale, sans passer par le groupe C. De plus, les garçons ont commencé le ski de bosses en moyenne autour de 8-9 ans, tandis que la plupart des filles ont débuté le ski de bosses à l'âge de 12 ans.

1.4.8. Instruments

1.4.8.1. Grille d'entretien

La grille d'entretien semi-directif et rétrospectif présentée à la page 76 a été utilisée, cependant la présentation des thèmes et des questions a été guidée par le discours des participants.

1.4.8.2. Déroulement de l'entretien

L'auteure de cette thèse a réalisé tous les entretiens. Une attention particulière a été portée à la clarification des propos des participant(e)s lorsque leur description n'était pas complète, ceux-ci pensant que la chercheuse les comprenait. Ces précautions ont été prises afin de limiter le phénomène de « connivence », puisque l'intervieweuse a, par le passé, été l'adversaire, la coéquipière, l'entraîneure et/ou une connaissance des participants. En effet, « si le practicien-chercheur mène une recherche sur son propre terrain professionnel (...) il pourra être investi d'un double statut, car même s'il se présente en situation comme chercheur, il est connu dans ce monde comme practicien. Cette position est souvent qualifiée de *chercheur de l'intérieur* » (De Lavergne, 2007, p. 33).

L'expérience de l'intervieweuse dans ce milieu facilite toutefois l'appréhension du vécu des skieurs selon leur perspective, leur permettant ainsi de se dévoiler de façon honnête et significative (Whitson, 1976). De cette façon, l'intervieweuse a eu accès à leur expérience propre et a pu se laisser immerger dans leurs discours porteurs de leurs perspectives et de leurs expériences. L'adoption d'une position empathique a permis de saisir et ressentir les particularités sociales, affectives et corporelles vécues par les skieurs lors de leurs activités privées au cours de leur carrière. L'intervieweuse a donc offert « un guidage des conditions qui permettent cet acte de remémoration particulier de revécu, l'évocation » (Vermersch, 2015, p. 40).

Pour faciliter ce dévoilement de soi, la chercheuse a mis l'emphase sur l'instauration d'un environnement de confiance, sans jugement et à l'écoute pour que les skieurs se sentent à l'aise de partager leur vécu. L'utilisation de questions/reflets (reprendre, en d'autres mots, des éléments du discours relevant du contenu ou de l'émotion évoqué(e) par le skieur) lors des entretiens a permis à ceux-ci de se sentir compris et de percevoir leurs propos comme importants.

En outre, au cours des entretiens, la chercheuse a renforcé l'importance d'entrer dans le vécu propre de chacun des skieurs, certains des participants ayant exécuté ensemble des activités privées, sans les vivre de la même façon.

Enfin, un seul entretien par skieur a été mené. En effet, le retour sur la mise en place et le déroulement de toutes les activités privées menées au cours de la carrière en ski de bosse un effort de remémoration soutenu. De plus, ces athlètes disposent de peu de disponibilité temporelle et, pour des raisons éthiques, les entretiens doivent se dérouler avant la saison de compétitions.

1.4.8.3. Le matériel employé lors de l'entretien

L'entretien a été enregistré au moyen d'un magnétophone et d'une caméra. L'utilisation de la caméra a permis d'enregistrer le non-verbal (geste, imitation, illustration) des participants. De plus, une ligne du temps sur papier (feuille blanche avec une flèche) a été mise à leur disposition pour les aider à situer les activités privées dans le temps.

1.4.9. Procédure

1.4.9.1. Lieux et déroulement des entretiens

Le formulaire de consentement à participer à la recherche et une brève description de l'étude ont d'abord été présentés aux participants (Annexe F). Ce formulaire est non seulement une obligation éthique, mais il permet également de s'assurer que le skieur accepte de partager son vécu sans quoi le partage de celui-ci ne se produit pas (Vermersch, 2015). Les 17 entretiens se sont majoritairement déroulés à la résidence familiale des skieurs (excepté un aux rampes d'eau de St-Hyppolite et trois à Tignes, en France). Les entretiens ont duré en moyenne 2h chacun et ils ont été réalisés à l'automne 2011 et au printemps 2012.

1.5. Méthode d'analyse

1.5.1. Transcription des verbatim

Dix-sept entretiens (29.7 heures) ont été menés auprès de skieurs de bosses experts et prometteurs à propos de la tenue d'activités privées au cours de leur développement

sportif. Les propos de chaque participant et celui de la chercheuse ont été intégralement retranscrits. Suite à cette transcription, une lecture conjointe du verbatim et de l'enregistrement vidéo a été faite afin de valider l'enregistrement audio (mêmes mots sur l'enregistrement audio que vidéo) et pour indiquer à quels moments de l'entretien le skieur a fait des gestes corporels accompagnant son discours. Le type de geste et le minutage ont été insérés à même le verbatim. Le minutage vidéo a été indiqué dans le verbatim quand le skieur pointait les éléments observés dans la vidéo sans indications verbales de ce qu'il regardait. Ici-bas un exemple tiré de l'entretien avec ÉNA1H (Tableau 1.7) :

Tableau 1.7. : Exemple de retranscription d'un verbatim

206 **6m53s**	**ÉNA1H** : Ouais mais c'est des ajustements que j'ai jamais vraiment...On a vraiment jamais analysé que « Si j'suis short tu devrais l'faire comme ça ». C'est venu avec l'expérience, c'est venu avec le nombre de sauts que j'ai faits. Je sais que quand j'suis à l'envers comme ça c'est pas le temps de grouper parce que je sais que j'suis vraiment sur la longueur pour les juges pis le moindre orteil qui va plier, ils vont voir. Faque faut vraiment j'attende que justement que j'tombe dans cet angle là pour m'ajuster faque les juges verront pas. (***mouvement de la main mais on ne voit pas beaucoup***)
207	**ÉNA1H** ***met une vidéo...*** **D** : Ça c'est la version d'un coach ou à la tv ? (**ÉNA1H :** Ça c'est la version coach). Est-ce que tu fais ça, des ralentis, des choses comme ça...?
208 **7m40s**	**ÉNA1H** : Ouais, des ralentis pour voir un peu plus là... Faque là j'penche vraiment vers l'avant faque mes doigts veulent aller vers l'avant pis après j'débute ma vrille. Ça c'est vraiment forward dans ma tête. Là je débute ma vrille...

1.5.2. Réorganisation thématique des verbatim

À la suite de la transcription intégrale des verbatim, nous avons procédé à une organisation thématique. Tout d'abord, nous avons mené un codage *conceptualisé*, provenant « du cadre conceptuel, des questions de recherche, hypothèses, zones problématiques et variables clés que le chercheur introduit dans l'étude » (Miles et

Huberman, 2003, p. 114). Ainsi, pour chaque skieur, nous avons identifié les extraits caractérisant les débuts en ski, les débuts en ski de bosses, le niveau de compétition le plus haut atteint et ce qui leur a permis d'atteindre ce niveau.

Nous avons ensuite employé la méthode journalistique de classification en cinq W [what (quoi), where (où), when (quand), who (qui) and why (pourquoi)] et un H [how (comment)] pour faire un premier classement des activités privées menées par les skieurs de bosses. Cette méthode s'inscrit dans le courant de la recherche descriptive : «une bonne recherche descriptive, comme un bon article de journal de nouvelles, doit répondre aux cinq questions de base « W » - qui, quoi, pourquoi, quand et où – et une sixième question implicite, et puis ? » [Trad. libre][51] (Grimes et Schulz, 2002, p. 145).

Cette classification visait à diviser les activités privées selon la nature motrice ou réflexive de celle-ci (*what*). Ainsi, les *activités motrices* comprennent : a) trampoline ; b) rampe d'eau ; c) conditionnement physique ; d) ski libre; e) saut libre ; f) manipulation d'un artefact. Les *activités réflexives* suivantes sont distinguées : a) vidéos de soi ; b) vidéos des autres ; c) imagerie mentale ; d) observation des autres ; e) imagerie mentale avec un artefact ; f) parler.

Par la suite, les catégories d'activités privées motrices ont été divisées en sous-catégories selon la structure et le lieu d'encadrement : trampoline (maison ou dans un centre) ; rampe d'eau (période encadrée ou libre) et le conditionnement physique (à la maison ou en salle). Ensuite, les catégories d'activités d'observation ont été divisées selon le type de supports visuels utilisés : des vidéos de soi (vidéos maison, vidéos des entraîneurs); des vidéos des autres (Video home system (VHS) de Jean-Luc

---

[51] Good descriptive research, like good newspaper reporting, should answer five basic «W» question – who, what, why, when and where – and an implicit sixth question, so what?

Brassard (JBL), skidebosses.com, vidéos maison, URTUR, FIS.com) et des artefacts (crayon ou bonhomme (poupée, Playmobil ®)).

Puis, chacune des catégories et sous-catégories a été alimentée par des extraits thématiques selon : le moment de leur carrière sportive (*when?*) ; qui était avec eux lors de l'activité (*who ?*) ; où étaient-ils (*where ?*) ; quelles sont les raisons qui les ont amenés à faire cette activité (*why ?*) ; et enfin comment se déroulait l'activité (*how?*).

Les deux schémas suivants illustrent cette réorganisation thématique (Figure 1.3 et 1.4) :

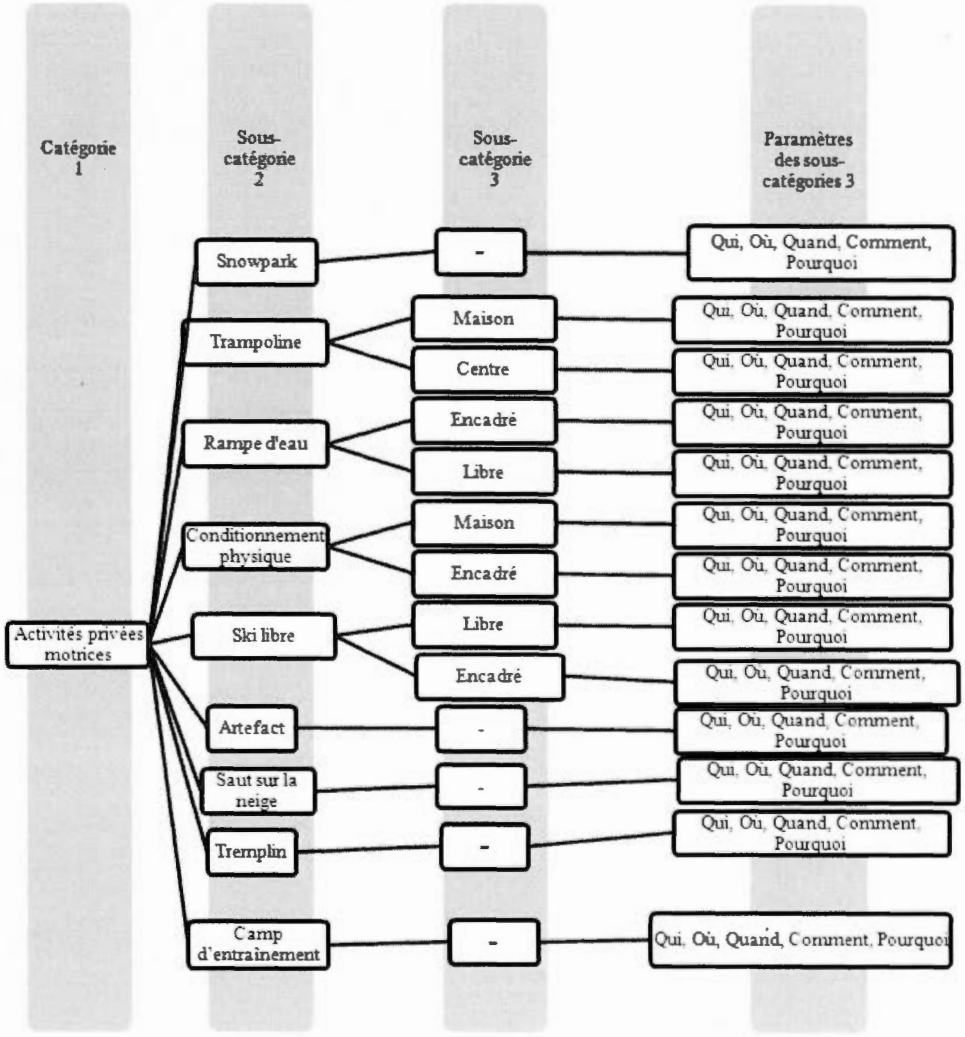


Figure 1.3. : Organisation thématique des verbatim portant sur les activités privées motrices

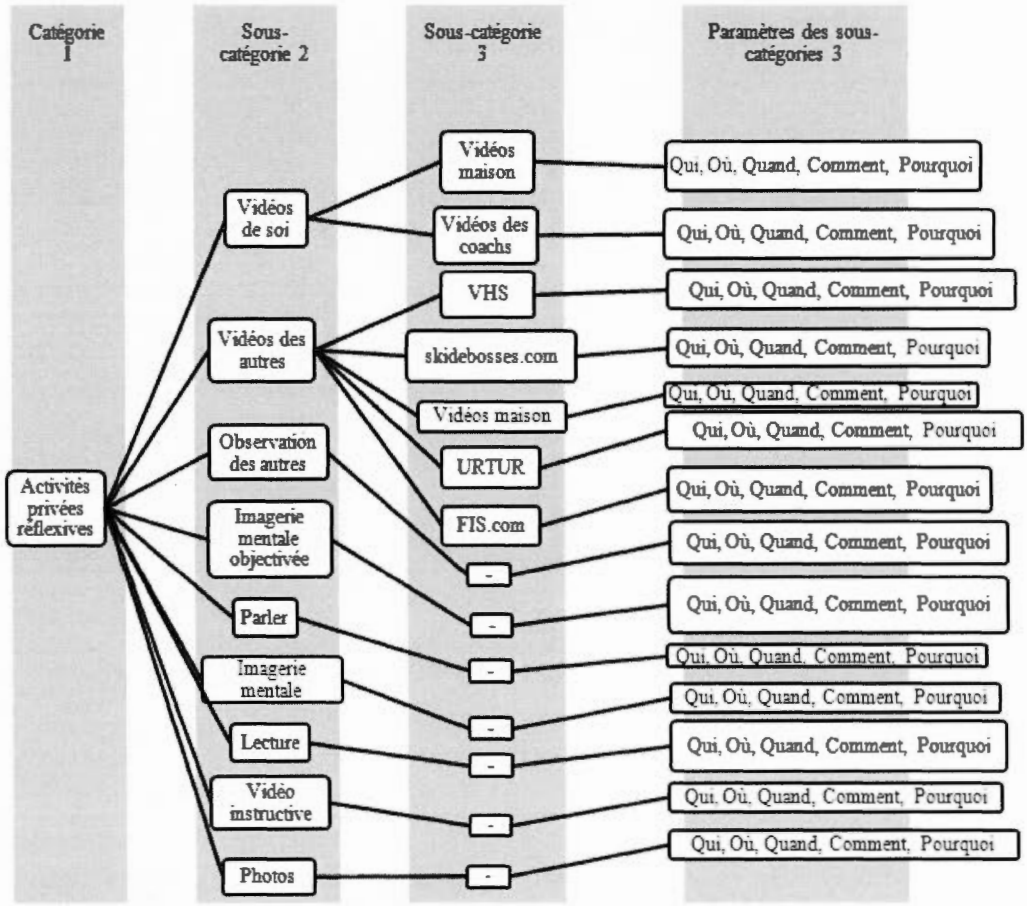


Figure 1.4. : Organisation thématique des verbatim portant sur les activités privées réflexives

L'encadré ci-dessous constitue un exemple de réorganisation thématique des verbatim (Encadré 1). Les nombres entre parenthèses codent le tour de parole.

Encadré 1 : Exemple d'organisation thématique des verbatim

Légende des couleurs :

◯ Quoi ◯ Quand ◯ Pourquoi
◯ Où ◯ Qui ◯ Comment

LE TRAMPOLINE

Elle a fait du trampoline : «*J'en faisais à club sport ~~Barani~~ j'ai commencé quand j'avais 5 ans pis j'en fais encore avec le ski (68). Juste pour le plaisir, parce que j'aimais ça, je sautais partout (70)*».

Elle a fait ses premiers flips sur le trampoline à «*10 ans (72)*».

Elle allait aux périodes libres à Barani : «*Oui (76). J'y allais avec des amis (78). En dehors du ski (80)*».

Ce qu'elle faisait là-bas : «*Je faisais comme des routines pas mal assis debout euh, des frontflips, des baranis, des backflips, ça arrêtait pas mal là (82). Quand y'a pas d'entraînement c'est pas mal plus garrochage pour s'amuser là, tu penses pas vraiment à la technique (84)*».

Ce qu'elle a appris avec cette activité : «*C'est sûr que quand t'es avec des amis tu vas tout le temps pousser plus faque là y'en a un qui dit ah moi je suis capable de faire ce saut-là, faque là y te le montre, mais là avec un entraîneur tu le perfectionnes parce que tu sais au moins la base du saut (86)*».

Elle a eu un trampoline dans sa cour : «*J'en avais une, je l'avais en 4e année, pis mon père a décidé de la jeter y'a 2 ans (90)*».

Elle n'a pas beaucoup utilisé le trampoline dans sa cour : «*Non pas tant, j'aimais pas ça pas de filet, pis un trampoline noir ça sautait pas beaucoup non plus, j'aimais pas ça (94)*». De plus, le trampoline a perdu son utilité première : «*y'avait un point on l'utilisait pas on faisait juste se bronzer dessus (92). J'y allais juste quand y'avait du monde chez nous sinon a restait là (98)*».

Outre les activités privées, d'autres thématiques ont été abordées par les skieurs au cours de l'entretien, tels leur rapport aux entraîneurs, leur rapport au sport, leur rapport aux meilleur(e)s, leur rapport aux coéquipiers, la régulation de leur activité au moyen de leurs sensations proprioceptives, leur attitude, etc. Cependant, ces informations ne sont pas investiguées dans cette partie de la thèse.

1.5.3. Analyse de contenu des entretiens selon les pratiques et les jeux proposés dans la littérature sur le développement de l'expertise, du talent et de l'enfant

Suivant l'organisation thématique, nous avons procédé à une première phase d'analyse de contenu visant à identifier si les activités privées menées par les skieurs de bosses correspondent aux pratiques et aux jeux proposés dans la littérature (Côté et al., 2013; Ericsson et al., 1993; Piaget, 1945). Nous avons donc employé la grille récapitulative présentée à la page 89, tel un « tamis », pour discriminer les différentes activités privées. Une première catégorisation a été faite par la chercheuse. Par la suite, la directrice de recherche et les collègues du laboratoire de recherche *Apprentissage et développement en éducation scolaire et professionnelle* (ADESP) à l'UQÀM ont été formés à utiliser la grille et une séance de validation des analyses a eu lieu sur deux verbatim (Annexe G). De cette rencontre a résulté trois décisions d'adaptation de critères présentées ci-dessous.

Tout d'abord, les règles du jeu délibéré sont conçues pour les sports collectifs et, ce faisant, celles-ci ont été adaptées pour les sports individuels (ski de bosses), tel que présenté dans la section sur l'adaptation des règles du jeu délibéré pour le ski de bosses (section 1.2.4.5.).

Ensuite, la présence d'étayage parental a posé problème lors de la catégorisation des activités privées puisque ni Ericsson, ni Côté ne considèrent l'étayage parental comme critère discriminant entre les différentes pratiques et différents jeux[52]. En effet, Côté qualifie d'entraîneur l'adulte dirigeant la pratique délibérée ou le jeu comme pratique, procurant ainsi à l'adulte un statut officiel et administratif de connaisseur. Ainsi, le « simple » parent ne possède pas la légitimité de construire ce type de pratique ou de jeu. Or, des skieurs recevant l'étayage parental paternel (n = 5; ÉNA3H, ÉNC10F, ÉQ11H, ÉQ13F, ÉQ14H) reconnaissent à ces pères une compétence équivalente à celle de l'entraîneur, comme l'évoque le skieur ÉNA3H :

> Sérieux j'le trouve vraiment bon parce que y'a vraiment un bon œil pis y'était juge (...) sans qu'il aille jamais fait de sport, **il pourrait être un bon coach**. Il est capable de **voir la différence entre quelqu'un qui est bon ou quelqu'un qui est un p'tit peu meilleur**. Tsé y'est capable de faire des différences (407).

Dès lors, l'étayage paternel équivaut à celui de l'entraîneur au sein de la pratique délibérée, répondant ainsi aux critères de la pratique délibérée.

Enfin, certains skieurs de bosses évoquent des activités privées mixtes, c'est-à-dire des activités remplissant les critères de plus d'une pratique et/ou d'un jeu. Plus précisément, deux formes mixtes sont évoquées : le jeu à la fois délibéré et symbolique, d'une part, et la pratique spontanée combinée au jeu délibéré et d'exercice, d'autre part. Celles-ci sont détaillées ci-dessous afin d'illustrer l'impossibilité de les dissocier et/ou de les comptabiliser dans plus d'une catégorie.

---

[52] Dans le jeu délibéré, le parent est figuratif et dans la pratique spontanée, il est absent.

1.5.3.1. Imitation de skieurs de la Coupe du monde sur le trampoline : "Autres – Mixte"

Deux skieurs (ÉNA3H, ÉQ15H) évoquent une même activité privée menée sur l'équipe régionale et sur l'équipe du Québec (n = 4). Cette activité privée consiste à reproduire et simuler, sur trampoline, des skieurs spécifiques prenant part à une Coupe du monde de ski de bosses :

> Nous autres on jouait à, **on faisait les Coupes du monde, là**, genre des courses, (...) c'est des compé. On s'assoyait, on sortait des chaises, pis là on était 4 faque y'avait **3 juges pis une personne faisait comme une descente de bosses mais sur la trampo**. Pis les autres ils jugeaient, marquaient sur des papiers, pis après ça on se disait la compilation des résultats. Mais tsé on faisait pas, on faisait pas nous-mêmes, là. **On faisait d'autres personnes**. On faisait le monde sur la Coupe du monde. Tsé on avait un starting list pis là, ça c'est à toi, pis là ok, tu fais lui, j'fais lui. Pis après ça tsé toi tu faisais Jeremy Bloom, tu faisais Janne, tu faisais Marc-André Moreau tsé. Des fois tu faisais des moins bons. Mais **fallait tu fasses les sauts qu'ils faisaient pis nous autres on jugeait, on analysait** (343). On partait d'en haut d'la plaquette, on faisait le premier saut, pis comme le start on l'faisait pas, on faisait le premier saut, on atterrissait, pis on faisait tac tac tac, tsé comme des bosses, fallait en faire comme 15 pis là après ça tu faisais le deuxième saut, tu atterrissais, tu faisais 5 bosses (ÉNA3H, ÉR, 345).

L'activité privée précédemment décrite correspond à la fois aux critères du jeu délibéré – exploration des capacités physiques tout en respectant les règles du sport – et aux critères du jeu symbolique – reproduction des symboles du déroulement d'une Coupe du monde et des skieurs y participant (combinaison symbolique ordonnée). En effet, les deux skieurs évoquent l'imitation de skieurs particuliers (jeu symbolique) qui exécutent des sauts qu'eux-mêmes ne font pas sur la neige et qui respectent les critères de jugements (jeu délibéré). Ainsi, le déroulement de l'activité privée correspond à une combinaison du jeu délibéré et du jeu symbolique. Par conséquent,

cette activité est mixte car elle ne peut être catégorisée ni dans une seule catégorie, ni dans deux catégories.

1.5.3.2. Faire un saut inversé pour la première fois : "Autres – Mixte"

L'autre activité privée mixte, évoquée par plusieurs skieurs (n = 6), est une activité de « première fois ». En effet, ces skieurs essaient pour la première fois une habileté motrice. L'exemple le plus courant est de tenter, après leur entraînement sur l'ÉR, de faire pour la première fois un saut inversé sur neige en compagnie de leurs coéquipiers, tel qu'évoqué par le skieur ÉNC7H :

> **Mon premier backflip sur la neige**, je l'ai fait dans ce qu'on appelle, pas ce qu'on appelle, mais ce qui est le golf de la montagne. C'est qu'on avait construit un saut dans le golf parce qu'il y avait une pente descendante, c'était de la neige folle qu'il y avait là. On s'est construit un saut nous-mêmes, pis il y avait un gars qui avait déjà fait des backflips, pis on était 3-4 qui voulaient en faire. On s'est ramassé là-bas, pis **on avait aucune espèce d'idées qu'est-ce qu'on allait faire**. Pis je n'en avais jamais fait en rampe d'eau, mais j'en avais fait en trampoline par exemple. Mais c'est la seule chose que j'avais fait avant. Faque **on arrive là, on ne sait pas trop qu'est-ce qu'on fait, on fait n'importe quoi**. Faque là finalement, il y a le *premier gars qui y va*, il fait son backflip et évidemment il choke ou il a peur au bout du saut, faque en gros il fait juste faire un gros flat et il atterrit sur le dos. Là **c'est à l'autre gars** d'y aller, finalement lui il décide de pas le faire. Faque là c'est rendu à moi. Pis je me souviens, je suis parti, je suis allé quand même vite, ça avait été correct, **j'ai vraiment juste lancé par en arrière, aucune sensation, j'ai rien vu, rien compris, j'ai atterri sur mes pieds et j'ai été correct**. Faque c'est pas mal ça qui est arrivé. Je me suis juste lancé et ça a bien été. Ça c'est mon premier. Le deuxième, par exemple, dans ma tête ça avait été peut-être short, faque dans le deuxième j'ai essayé de lancer encore plus. Pis dans le deuxième finalement, ma tête et mes skis ont accroché le saut (715, ÉR).

Cette activité inclut à la fois les critères de la pratique spontanée (pratique d'habileté particulière), du jeu délibéré (exploration des capacités physiques) et du jeu d'exercice (exercer son pouvoir sensorimoteur) puisque cette activité vise la tentative d'exécution d'une habileté particulière et a pour but d'exercer le corps (sans se concentrer sur la technique) sans vécu proprioceptif du geste corporel. En conséquence, cette activité est mixte, car la pratique spontanée détermine le saut exécuté, le jeu délibéré dirige l'ordre de passage sur le saut et le jeu d'exercice se produit lors de l'exécution du saut non maîtrisé.

Ainsi, toutes les activités privées combinant les critères de plus d'une pratique ou d'un jeu ne sont pas comptabilisées parmi les activités privées correspondant aux pratiques et aux jeux présents dans la littérature.

1.6. Résultats

Cette section présente un premier portrait des activités privées que les skieurs de bosses experts et prometteurs ont signalé avoir menées au cours de leur carrière sportive. En effet, cette liste d'activités privées n'épuise pas toutes les activités privées réalisées par les skieurs au cours de leur carrière pour deux raisons. En premier lieu, la chercheuse a été témoin, à l'époque où elle était athlète ou entraîneure, d'activités privées non évoquées lors des entretiens. En second lieu, des skieurs ont évoqué la présence d'autres skieurs dans des activités privées sans que ces derniers, également rencontrés, ne l'évoquent lors de leur entretien.

En tenant compte des précautions précédentes, les résultats sont présentés en sept sections. Dans une première partie, les activités privées sont mises en correspondance avec les pratiques et les jeux identifiés dans la littérature sur le développement de

l'expertise, du talent et de l'enfant. La deuxième partie recense les activités privées qui ne correspondent pas à celles proposées dans la littérature. La troisième partie présente la répartition de ces activités privées. La quatrième partie établit la distribution des catégories d'activités privées selon les équipes sportives. Dans la cinquième partie, la distribution des catégories d'activités privées est présentée, cette fois, dans des perspectives interindividuelle et intra-individuelle. La sixième partie introduit le panorama d'activités privées spécifiques au ski de bosses. Enfin, la dernière partie présente la distribution interindividuelle et intra-individuelle de ces activités privées chez ces skieurs au cours de l'ascension des différentes équipes.

1.6.1. Nombre total d'activités privées évoquées en entretien

Les 17 skieurs de bosses évoquent avoir mené 394[53] activités privées au cours de l'entretien.

1.6.2. Les activités privées correspondant aux pratiques et aux jeux identifiés dans la littérature sur le développement de l'expertise, du talent et de l'enfant

La première question de recherche nécessite de vérifier la présence des pratiques et des jeux définis dans la recension des écrits. Pour cela, nous avons appliqué la grille d'analyse aux 394 activités privées évoquées. Parmi celles-ci, 77% (n = 305)

---

[53] Une activité privée est répertoriée lorsqu'elle est menée à un moment X, dans un contexte social Y et selon un artefact Z. Par exemple, visionner une vidéo de soi sur l'équipe régionale correspond à une activité. Visionner des vidéos des autres sur l'équipe régionale et sur l'équipe du Québec correspond à deux activités. Si une activité privée, au moyen d'un même artefact (trampoline) se produit dans deux contextes sociaux différents (ex. jeu délibéré avec les amis et seul), celle-ci compte pour deux activités distinctes.

correspondent aux pratiques et aux jeux répertoriés dans la recension des écrits. Plus précisément, l'application de la grille d'analyse à ces 394 activités révèle que 191 activités privées correspondent aux critères d'Ericsson et de Côté. Seul le **jeu comme pratique** n'a pas été évoqué par les skieurs puisqu'aucun adulte de leur entourage n'a mis en place des activités amusantes favorisant l'apprentissage. En second lieu, 87 activités privées correspondent à la pratique spontanée réflexive et 27 correspondent aux jeux tels que définis par Piaget.

Eu égard à ce qui précède, il s'avère que toutes les activités privées ne correspondent pas parfaitement aux critères caractérisant les pratiques et les jeux proposés dans la littérature. En effet, parmi les 305 activités privées correspondant aux pratiques et aux jeux proposés dans la littérature, 49 contiennent des éléments contredisant des critères de la grille d'analyse inspirée des travaux d'Ericsson, de Côté et de Piaget (22 activités privées contiennent un élément contradictoire et 27 activités privées possèdent plus de deux éléments contradictoires). De même, l'information relative à l'orientation temporelle et au moment de la gratification est indisponible pour 195 activités privées. Chaque contradiction ou absence est illustrée ci-dessous.

1.6.2.1. Tenir une pratique délibérée non inscrite dans le curriculum et orientée vers le présent

Les pratiques délibérées non inscrites dans le curriculum et orientées vers le moment présent correspondent aux pratiques étayées par un parent (n = 19) et à celles dont le discours de l'entraîneur est intériorisé et mobilisé (n = 12). Par exemple, le skieur ÉNA1H évoque des moments où il skiait en mobilisant le discours de l'entraîneur sans toutefois vouloir inscrire cette pratique dans le curriculum d'acquisition d'habiletés de l'équipe régionale : « *Je skiais (...) c'est sûr que si y'avait des cues*

(conseils) que j'avais eus que, j'avais dans tête d'la fin de semaine que j'essayais d'les appliquer » (80, ÉR).

1.6.2.2. Avoir du plaisir lors d'une pratique délibérée

La recherche du plaisir va à l'encontre de la définition de la pratique délibérée selon Ericsson. Or, un skieur (ÉNC8H) évoque avoir participé à un camp d'entraînement à Whistler – camp d'entraînement dirigé par des entraîneurs – pour avoir du plaisir avec ses amis : « *Ouais j'suis allé une fois à 13 ans, à part sur l'équipe là. J'suis allé une fois à 13 à peu près (515). C'était plus pour le fun qu'autre chose là. On s'entraînait vraiment là, mais... à l'âge qu'on avait, c'était plus pour le fun* » (517, ÉR).

1.6.2.3. Tenir un jeu délibéré avec l'entraîneur

Le jeu délibéré permet à l'athlète d'explorer ses capacités physiques en l'absence d'un étayage direct et indirect par l'entraîneur. Cependant, deux skieuses (ÉNC10F, ÉQ17F) évoquent avoir tenu des jeux délibérés en présence d'un entraîneur ou en mobilisant le discours technique de celui-ci. À titre d'illustration, la skieuse ÉNC10F évoque la mobilisation du discours de l'entraîneur lors d'un jeu délibéré pour se remémorer la technique d'exécution d'un saut particulier :

> C'était vraiment juste pour le fun, des fois j'essayais des affaires, mais j'essayais pas des affaires comme, j'essayais des affaires pour moi, tsé j'essayais de faire (D-spin), juste pour le fun, c'est sûr que je me rappelais ce qu'ils m'ont dit, ok pour faire D-spin, pis je le faisais, mais j'me disais pas ah là t'as bien fais ça, t'as pas bien fais ça, j'le faisais juste le faire, le faire, le faire (450, ÉR).

1.6.2.4. Pratique spontanée réflexive orientée vers le futur

Neuf pratiques spontanées réflexives sont orientées vers le futur. En effet, ces skieurs évoquent visionner des vidéos de soi et des autres et/ou une imagerie mentale afin d'identifier ce qu'ils doivent réaliser/améliorer lors de leur performance future. Ainsi, le visionnement ou l'imagerie se produit avec une orientation temporelle de réinvestissement de ce qui a été observé au moment où les skis seront chaussés. Cela est notamment le cas pour la skieuse ÉQ13F : « *là je regarde ça (vidéo), pis là ça pis ça c'est ça que je dois améliorer. C'est comme ça me saute aux yeux. Ça faut que je l'améliore* (354; ÉR/ÉQ) ».

1.6.2.5. Pratique délibérée initiée et non prescrite

Trois skieurs ont eux-mêmes anticipé et identifié les aspects sur lesquels ils doivent travailler pour pouvoir être performants. Conséquemment, ils se sont créés ou ont initié des pratiques délibérées par eux-mêmes afin d'améliorer leur performance. Le skieur ÉNA2H évoque bien cette activité puisqu'il appelait volontairement son entraîneur de l'ÉN afin d'aller travailler un saut sur la rampe d'eau :

> Moi ça m'est arrivé souvent que j'appelais mes entraîneurs ici, Coach 1 tous ces trucs là. Qui étaient pas très loin. On va aller faire une heure ou deux de rampe d'eau. Pis j'y allais tsé encore, même si je n'aimais pas ça, j'y allais parce que je savais que j'avais de quoi à faire encore sur la rampe là, pour me rendre, je faisais des nouveaux mouvements pis je faisais ce que j'avais à faire pis je débarquais (246).

1.6.2.6. Informations indisponibles : orientation temporelle et gratification

Près de la moitié des activités privées évoquées recensées dans la littérature (n = 194) ne contiennent pas les éléments permettant d'identifier l'orientation temporelle et le moment de gratification. Cette absence d'information est généralement plus fréquente lors de l'évocation des pratiques délibérées puisque les autres catégories d'activités privées ont été priorisées lors des entretiens. Dès lors, les skieurs évoquaient minimalement le déroulement de leur pratique délibérée, tel qu'illustré par le skieur ÉNB5H : « *Je m'étais fait faire un programme de gym. Avant il y avait un petit gym au coin, pas loin de chez nous. J'allais là (283). C'est en 2005. Fin 2005 début 2006 environ. Faque ça fait. Je suis née en 91. J'avais comme 15-16 ans (285, ÉR)* ».

En somme, malgré ces contradictions et ces absences, ces activités privées ont été comptabilisées puisqu'elles respectent les critères axiaux de Côté et ses collègues (2013) (structure sociale et valeur personnelle). Toutefois, la présence de ces contradictions et de ces absences requiert une évaluation des propriétés discriminatoires des critères de la grille dans la distinction des activités privées, excepté celui de l'objectif de l'activité.

1.6.3. Les activités privées absentes dans la littérature scientifique

La deuxième question de recherche requiert l'identification des activités privées non prévues dans la littérature sur le développement de l'expertise, du talent et de l'enfant. Parmi les 394 activités privées évoquées, 23% (n = 89) ne correspondent pas aux pratiques et aux jeux répertoriés dans la recension des écrits. Ces activités privées n'ont pas pour objectif d'améliorer la performance puisqu'elles ne permettent pas un retour dans la phase cognitive/associative (c.-à-d. qu'elles ne modifient pas la

représentation mentale d'une habileté) et elles ne permettent pas l'exploration des capacités physiques des skieurs. Ces activités privées ont pour objectif :

- L'appréciation affective et technique de leur performance sportive ou de celles d'autres skieurs ;
- La surveillance de la qualité de la production de leur performance ;
- La préparation mentale (motivation, anxiété et stress, relaxation) ;
- La remémoration de bons souvenirs ;
- L'accumulation de kilomètres en ski ;
- L'étayage des autres skieurs ;
- La construction de sauts enneigés ;
- L'écoute du discours d'entraîneurs de plus haut niveau ;
- Mixte.

Enfin, en raison des résultats précédents, mais également de la présence d'activités privées mixtes (présence des critères correspondant à plus d'une pratique et d'un jeu), nous regroupons ces activités privées sous l'appellation d'activités privées "Autres". La prochaine section présente la répartition de l'ensemble des activités privées.

1.6.4. Répartition des activités privées évoquées

La fréquence et la distribution des pratiques, des jeux et des autres activités privées ne sont pas les mêmes au sein de notre échantillon de skieurs. Les catégories classées des plus fréquentes aux moins fréquentes sont : la catégorie "Autres", la "Pratique spontanée réflexive", la "Pratique délibérée", la. "Pratique spontanée", le "Jeu délibéré", la "Pratique délibérée réflexive", le "Jeu d'exercice", le "Jeu symbolique" et enfin le "Jeu de règles" (Figure 1.5).

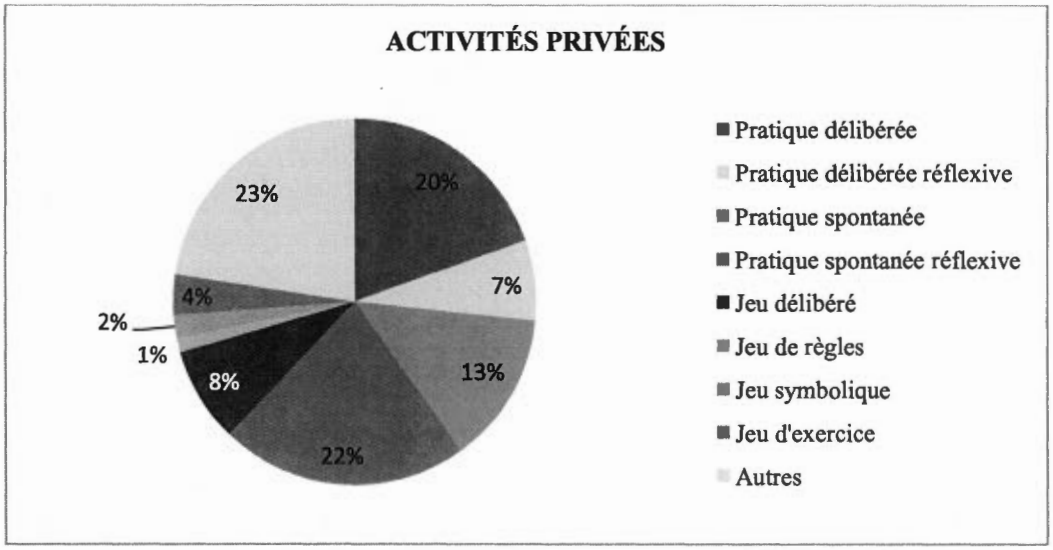


Figure 1.5. Répartition des activités privées

En somme, la totalité des pratiques et des jeux identifiés dans la littérature constitue les formes d'activités privées les plus couramment menées. Toutefois, lorsqu'on distingue les activités privées par catégories, ce sont les activités privées "Autres" qui se révèlent les plus fréquentes. Ce résultat va à l'encontre de l'hypothèse faite par la littérature d'une prédominance de la pratique délibérée pour la population experte.

1.6.5. Répartition des activités privées selon les équipes

La troisième question de recherche requiert l'observation de la correspondance entre les activités privées menées et les enjeux sportifs liés aux équipes de ski de bosses.

À cette fin, les différentes activités privées évoquées par les skieurs pour chacune des équipes de ski de bosses sont comptabilisées. Ainsi, 212 activités sont associées à l'équipe régionale, 137 à l'équipe du Québec et 45 à l'équipe nationale[54] (Figure 1.6).

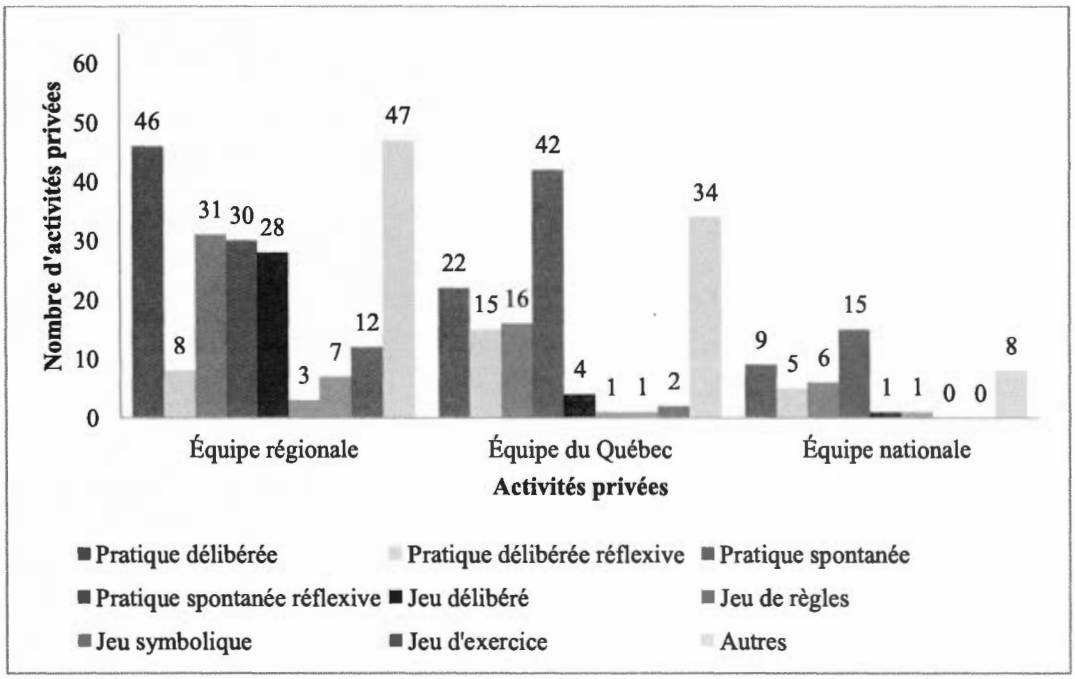


Figure 1.6. Répartition des activités privées selon les équipes

D'un point de vue macroscopique, les skieurs de bosses ont évoqué une plus grande variété d'activités privées sur l'équipe régionale que sur l'équipe du Québec et l'équipe nationale. De plus, le nombre d'activités privées tend à diminuer au cours des années, à l'exception des pratiques réflexives qui augmentent au sein de l'équipe du Québec. Du point de vue microscopique, les catégories "Autres" et "Pratique délibérée" sont modales au sein de l'équipe régionale. Au sein de l'équipe du Québec,

[54] Il est à noter que les activités privées comptabilisées sur l'équipe nationale correspondent à l'évocation de 10 skieurs et non de 17 skieurs.

les activités privées "Pratique spontanée réflexive" et "Autres" sont les plus courantes. Au sein de l'équipe nationale, la catégorie "Pratique délibérée" est plus fréquente ; celles des "Jeu symbolique" et "Jeu d'exercice" disparaissent.

Il est à noter qu'au plan individuel, la quantité d'activités privées suit la même tendance de réduction au cours du temps que celle présentée ci-haut.

En bref, les résultats relatifs aux activités privées évoquées par les skieurs ne corroborent pas la trajectoire proposée dans la littérature. En effet, ni leur variété ni leur récurrence n'augmentent au cours du temps, et, les pratiques spontanées réflexives sont plus fréquemment évoquées au sein de l'équipe nationale que les pratiques délibérées.

1.6.6. Répartition totale des activités privées selon les skieurs

L'étude de l'expertise requiert une analyse différentielle des activités privées menées afin de déterminer leur distribution selon les niveaux d'expertise des skieurs. Ainsi, le tableau suivant répartit les activités privées évoquées selon les skieurs (Tableau 1.8).

Tableau 1.8. Répartition interindividuelle et intra-individuelle selon le classement d'expertise

Skieurs	Pratique délibérée	Pratique délibérée réflexive	Pratique spontanée	Pratique spontanée réflexive	Jeu délibéré	Jeu symbolique	Jeu d'exercice	Jeu de règles	Autres	Totaux
ÉNA1H	9	3	4	3	1	1	2	0	4	27
ÉNA2H	2	1	3	4	2	1	0	0	8	21
ÉNA3H	12	3	12	11	4	1	2	2	12	59
ÉNA4H	6	3	3	4	4	1	1	0	9	31
ÉNB5H	3	2	1	2	4	0	0	0	4	16
ÉNB6H	0	0	5	3	1	0	1	0	6	16
ÉNC7H	5	1	0	7	0	1	0	0	4	18
ÉNC8H	6	2	1	0	2	0	1	3	5	20
ÉNC9F	3	1	2	2	0	0	0	0	8	16
ÉNC10F	8	0	4	9	1	0	0	0	4	26
ÉQ11H	1	4	1	3	1	0	1	0	5	16
ÉQ12F	4	0	1	6	3	0	0	0	3	17
ÉQ13F	3	0	5	6	1	0	2	0	5	22
ÉQ14H	2	4	4	10	4	2	2	0	2	30
ÉQ15H	4	3	3	8	1	0	1	0	6	26
ÉQ16H	5	1	2	5	2	0	1	0	3	19
ÉQ17F	4	0	2	4	2	0	0	0	2	14

L'analyse interindividuelle met en évidence que tous les skieurs ont mené des activités privées "Autres" et presque tous ont mené des "Pratiques délibérées" (n =16) et des "Jeux délibérés" (n = 15). Un skieur n'a pas mené de "Pratique délibérée", ni de "Pratique spontanée", ni de "Pratique spontanée réflexive" et deux skieurs n'évoquent pas de "Jeux délibérés". Aucune skieuse n'a évoqué de "Jeu symbolique".

L'analyse intra-individuelle révèle que le skieur ÉNA3H a mené plus du double de variétés d'activités privées que les autres skieurs et il est le seul à avoir réalisé tous les types d'activités privées. Le skieur ÉNB6H est le seul skieur à ne pas avoir évoqué de pratiques délibérées.

Enfin, l'analyse selon la hiérarchie d'expertise indique que les quatre meilleurs skieurs ont mené des "Jeux symboliques" au cours de leur carrière, contrairement à la majorité des autres skieurs. De plus, ceux qui ont tenu le plus de pratiques délibérées sont parmi les trois meilleurs de l'échantillon (n = 2 ; ÉNA1H, ÉNA3H).

1.6.7. Panorama détaillé des activités privées des skieurs de bosses

Les résultats précédents révèlent la présence et la fluctuation d'activités privées, tout au long de la carrière sportive, chez des athlètes de niveau international. Toutefois, les seuls intitulés des catégories, c'est-à-dire la pratique délibérée, la pratique spontanée, le jeu délibéré, etc., ne permettent pas d'éclairer leur contribution spécifique au développement de l'expertise et du talent en ski de bosses. Afin de préciser leur spécificité au ski de bosses, nous associons à ces catégories d'activités privées l'artefact utilisé et une description générale (Tableau 1.9), les activités privées "Autres" étant exclues de ce panorama.

Tableau 1.9. Panorama des pratiques et des jeux caractérisant le ski de bosses

Catégorie d'activité	Nom de l'ACTIVITÉ PRIVÉE	Description	Extrait de verbatim
PRATIQUE DÉLIBÉRÉE	Pratique délibérée – Rampe d'eau	Pratiquer la rampe d'eau sous la direction et la supervision d'un entraîneur certifié	*Il y avait aussi des rampes d'eau pendant l'été avec un coach privé (ÉQ12F, 274)*
	Pratique délibérée – Cours de ski privé	Pratiquer la technique de ski sur la neige sous la direction et supervision d'un entraîneur certifié ou par l'intériorisation du discours de l'entraîneur	*Vers 14-15 ans quand j'approchais l'équipe du Québec...ben y'avait les mercredis avec Coach 1 et Coach 2 que là c'était vraiment 2-3 heures d'entraînement dans les bosses à skier avec eux (ÉNA1H, 80)*
	Pratique délibérée – Cours de trampoline	Pratiquer des sauts dans un centre de trampoline sous la supervision d'un entraîneur certifié ou par l'intériorisation du discours de l'entraîneur	*Je faisais comme des routines pas mal assis debout euh, des frontflips, des baranis, des backflips, ça arrêtait pas mal là (82). Avec un entraîneur tu le perfectionnes (ÉQ17F, 86)*
	Pratique délibérée – Conditionnement physique	Pratiquer le conditionnement physique dans un centre de conditionnement physique sous la direction directe ou indirecte d'un kinésiologue	*Je préfère aller 4 fois, car des fois (...) c'est souvent une fois par semaine que la kinésiologue nous voit, mais on y va 3 fois tout seul, mais comme là vu qu'il y a pas beaucoup du monde qui y vont, elle va me prendre 2 fois semaine pis moi je vais y aller 2 fois tout seul (ÉQ16H, 64)*
	Pratique délibérée – Camp d'entraînement d'été	Pratiquer le ski, les sauts et le conditionnement physique sur la neige, l'eau, le trampoline et en gymnase sous la supervision d'entraîneurs certifiés	*Je suis allé une fois à 13 ans, à part sur l'équipe là. J'suis allé une fois à 13 à peu près (515). C'était plus pour le fun qu'autre chose là. On s'entraînait vraiment là, mais... à l'âge qu'on avait, c'était plus pour le fun (ÉQC8H, 517)*
	Pratique délibérée –	Pratiquer la gymnastique en	*Quand j'ai recommencé la gymnastique ben tout était par rapport au ski, ben pas tout, j'faisais d'la gym parce que*

	Gymnastique	milieu institutionnel pour améliorer des habiletés en ski de bosses	*j'aimais la gym, mais quand je faisais des back j'pensais au ski, j'pensais que ça pourrait être bon pour mon ski. J'travaillais mes back (104). Les 360 sur la trampoline (...) j'y pensais pas tout le temps, oui je le faisais plus pour le ski quand je suis revenue (ÉNC10F, 106)*
	Pratique délibérée – Sauter sur la neige	Pratiquer des sauts sur un saut enneigé, sous la direction et la supervision de l'entraîneur ou par l'intériorisation du discours de l'entraîneur	*J'pense que quand je pognais les « big Air » puis je faisais un 360°, j'essayais de penser à ce que mes coaches m'avaient dit : comment bien sauter (ÉNA4H, 172)*
	Pratique délibérée – Journée optionnelle	Pratiquer la technique de ski ou les sauts, sur la neige ou sur la rampe d'eau, sous la direction et la supervision de l'entraîneur de l'équipe	*Quand je suis montée à l'équipe du Québec on avait le vendredi optionnel, faque je faisais le vendredi optionnel. Mais j'ai toujours fait les journées optionnelles, cela n'a jamais été une option pour moi, je les faisais toutes (ÉNC10F, 127)*
PRATIQUE DÉLIBÉRÉE RÉFLEXIVE	Pratique délibérée réflexive – Vidéos de soi	Pratique de visionnement de vidéos de soi sous la direction et la supervision de l'entraîneur	*Sur l'équipe nationale, je t'avouerais, que je les regardais assez souvent. je pouvais les regarder 2-3 fois par soir. Entre deux entraînements. si on skiait dans le jour, ben je regardais 2-3 fois le soir, comme une fois avec mon entraîneur, 2-3 fois tout seul puis après ça on skiait le lendemain (ÉNA2H, 318)*
	Pratique délibérée réflexive – Vidéo des autres	Pratique de visionnement de vidéos des autres skieurs sous la direction et la supervision de l'entraîneur	*C'était plus pour essayer de comprendre, voir mon ski ou ma manière de sortir d'la bosse comparativement à leur manière de sortir d'la bosse. Peut-être que j'pouvais ajuster mon feeling par rapport à ca. C'était plus pour ça que je l'avais regardé avec mon entraîneur. On les avait comparés les deux. Puis moi ma sortie d'bosse, puis lui sa meilleure sortie de bosse dans une piste. Des fois ça peut aller, j'peux regarder la manière qu'une personne va descendre la piste que j'ai... Si y'a une section de la piste que j'ai d'la misère, pis la personne qui l'a mieux passé j'vais essayer de regarder comment qu'il l'a fait sur vidéo (ÉNA1H, 255)*
	Pratique délibérée réflexive – Vidéo	Pratique de visionnement de la vidéo pédagogique conçue par	*J'ai pas vraiment de vidéo de quelqu'un d'autre. J'ai juste le film de Warren Tanner de la saison (789). J'ai le vidéo de*

instructive	l'ACSA	*Warren Tanner de 20 minutes environ, pis c'est ça. C'est pas mal ça que j'écoute (791). À qu'est-ce qu'il dit, un petit peu plus que ce que je vois. Les deux (ÉQ14H, 795).*
Pratique délibérée réflexive – Comparaison de vidéos de soi et des autres	Pratique de visionnement de vidéos comparant sa propre exécution motrice à celle d'un skieur qui la maîtrise mieux	*C'était plus pour essayer de comprendre, voir mon ski ou ma manière de sortir d'la bosse comparativement à leur manière de sortir d'la bosse. Peut-être que j'pouvais ajuster mon feeling par rapport à ca. C'était plus pour ça que je l'avais regardé avec mon entraîneur. On les avait comparés les deux. Puis moi ma sortie d'bosse, puis lui sa meilleure sortie de bosse dans une piste. Des fois ça peut aller, j'peux regarder la manière qu'une personne va descendre la piste que j'ai... Si y'a une section de la piste que j'ai d'la misère, pis la personne qui l'a mieux passé j'vais essayer de regarder comment qu'il l'a fait sur vidéo (ÉNA1H, 255)*
Pratique délibérée réflexive – Lecture	Pratique de lecture d'un livre à propos de la technique de ski de bosses	*Des livres de positions de base de, comme de techniques de base. Pis après on avait essayé d'en trouver pour le ski acrobatique. Pis on en a trouvé justement, encore vers les Français. Alors c'est là qu'après ça, comme la position de base. Avoir les pieds en avant. Pis euh, avoir toujours les hanches au-dessus pis toute. On a trouvé ça pis après ça, pis là ce qu'on a trouvé. C'est là que mon père en a commandé. Pis c'est là (78). « la trajectoire de bosses que tu es supposé avoir. Comme ça commence bien sûr par le plat, l'absorption pis après ça les bosses. La trajectoire pour que tu aies la vision qu'il faut que tu aies, la position qu'il faut que tu ailles. C'est vraiment, assez détaillé (88). dans ma tête, il me disait « il faut pas que tu le saches par cœur ». Il faut juste que tu le comprennes pour que tu puisses l'appliquer. À ton style à ta façon admettons. Des trucs comme ça qu'il me disait (ÉQ14H, 100)*

	Pratique délibérée réflexive – Imagerie mentale	Pratiquer l'imagerie cognitive-générale et cognitive-spécifique d'une habileté particulière[55]	*Les coachs qui nous ont appris à visualiser avec l'équipe du Québec. On a fait des exercices de visualisation beaucoup. Avec eux pis on avait aussi un autre truc mettons, un exercice de relaxation qu'ils appelaient. Pis on a fait des affaires comme ça. C'est probablement plus ça qui m'a permis de faire ça. Parce que si on ne me l'avait jamais, mais si on m'avait comme pas incité à le faire, je ne l'aurais probablement jamais fait. Vraiment comme il faut (ÉNC7H, 133)*
	Pratique délibérée réflexive – Artefact	Pratiquer l'imagerie mentale projetée dans un artefact	*Un moment donné c'est juste à l'école, des fois je sais pas, je prenais ma gomme à effacer et je m'amusais à lui faire faire des sauts. genre faire des corks, je prends la gomme, je la lançais pas comme ça. des fois je la lance, mais plus souvent je prenais le temps de pouf (voir vidéo mouvement de mains). la faire tourner en cork 7 pis en faisant des sauts. un backfull (52). je disais comme ce que mes coachs me disaient tsé là comme vraiment faire toute comme le cork parfait genre. selon moi, patient... partir bien tsé faire le demi-tour ventre parfaitement, pis ensuite rentrer dedans (ÉQ11H, 54)*
PRATIQUE SPONTANÉE	Pratique spontanée – Ski libre	Pratiquer, seul ou accompagné par un pair, une habileté technique de ski sur la neige	*Je fais rien que skier pis j'ai quand même un problème de pivotage, je pivote pis je me concentrais juste sur ma ligne de ski pis c'est de pas aller vite mais me concentrer à bien skier pis a bien me sentir (ÉQ15H, 54).*
	Pratique spontanée – Sauter sur la neige	Pratiquer, seul ou accompagné par un pair, un saut sur un saut	*Un 360°, j'ai du le faire eut-être, je sais pas, 30 fois avant de l'avoir là. Même après, tsé ce n'est pas parce que tu as le premier que tu vas avoir le 2e non plus. Donc, j'ai tsé essais-*

[55] L'emploi de l'imagerie mentale par des sportifs se décline en cinq fonctions (trois fonctions motivationnelles et deux fonctions cognitives) (Paivio, 1985). Les imageries mentales évoquées par les skieurs de cette étude correspondent aux fonctions cognitives de l'imagerie mentale. De manière plus précise, ces imageries répondent à la fonction *cognitive-spécifique*, c'est-à-dire une imagerie de l'exécution parfaite d'un geste technique spécifique et à la fonction *cognitive-général*, c'est-à-dire une imagerie des tactiques de performance, les routines ou les stratégies (ex : l'athlète en ski acrobatique s'imagine la vitesse qu'il veut atteindre, la hauteur de ses sauts et sa technique).

	enneigé	*erreur, essais-erreurs puis finalement j'ai réussi à le maîtriser (ÉNA2H, 140)*
Pratique spontanée – Trampoline maison	Pratiquer, seul ou accompagné par un pair, un saut particulier sur le trampoline à la maison	*C'était dans le temps que je commençais à faire des corks (...) mon but c'était juste d'en faire 100 par jour sur la trampo juste pour m'habituer dans les airs, même si ils sont pas bon, juste, être habitué dans les airs d'en faire pour le lander plus souvent sur neige. Même si y'est pas beau, j'voulais le lander, j'étais tanner de tomber (ÉNC8H, 142)*
Pratique spontanée – Trampoline centre	Pratiquer, seul ou accompagné par un pair, un saut particulier dans un centre de trampoline	*Quand j'étais sur le trampoline je me concentrais à mes sauts pis là quand je débarquais tsé je pensais pu trop à ça tsé. Mais j'étais concentrée quand même, en le faisant (ÉQ13F, 122)*
Pratique spontanée – Rampe d'eau	Pratiquer, seul ou accompagné par un pair, un saut particulier sur la rampe d'eau. Cette activité se déroule sous la présence d'entraîneurs qui assurent la sécurité	*Quand j'étais jeune, je passais mon été là sans aucun coach, pis on tripait au bout parce que j'y allais toujours avec mon ami (ÉNB6H, 395)*
Pratique spontanée – Snowpark	Pratiquer, seul ou accompagné par un pair, un saut particulier sur un big air	*Quand j'étais jeune, je faisais des 360°, des twists spread comme tout le monde, fait que j'pense que quand je pognais les « big Air » puis je faisais un 360°, j'essayais de penser à ce que mes coaches m'avaient dit : comment bien sauter (ÉNA4H, 172)*
Pratique spontanée – Conditionnement physique	Développer, seul ou accompagné par un pair, une condition physique adaptée à son sport	*Ballons bossus, c'est comme des demis ballons Ouais, j'en mets deux, un à côté de l'autre, ça fait comme 2 bosses, pis tu peux sauter vraiment d'un bord pis de l'autre pis le feeling est pas pareil mais c'est vraiment similaire, pis c'est le même on dirait fatigue de jambes que t'obtiens (ÉNA3H, 68)*

PRATIQUE SPONTANÉE RÉFLEXIVE	Pratique spontanée réflexive – Vidéos de soi	Pratique de visionnement de vidéos d'une habileté particulière, seul ou accompagné par un pair	*J'ai toujours aimé me voir parce que quand tu te vois après ça tu fais comme: » oh ça j'aime pas ça", mais tu le savais pas que tu skiais comme ça. Fait que tu vois qu'est-ce que tu aimes, qu'est-ce que tu aimes pas, tes points positifs, tes points négatifs pi par rapport à ça tu peux te reguider pour recorriger pis être encore mieux (ÉNB6H, 154)*
	Pratique spontanée réflexive – Vidéos des autres	Pratique de visionnement de vidéos d'une habileté particulière, seul ou accompagné par un pair	*Je regardais des vidéos des personnes qui sont meilleures que moi. pis je regardais qu'est-ce qu'ils faisaient pour essayer de comprendre (ÉNB5H, 220)*
	Pratique spontanée réflexive – Comparaison de vidéos de soi et des autres	Pratique de visionnement de vidéos comparant sa propre exécution motrice à celle d'un skieur qui la maitrise mieux	*Y'a certaines personnes qui font mieux que moi. Faque mettons Dale il ski mieux que moi. Faque checker comment il fait, ça m'aide. À mettons, skier la même piste. Pis après ça je check moi, pis je check, je fais des comparaisons. Je check à mettons comment lui il passe. Certains points que moi j'ai plus de misère. Ou mettons c'est pas la même piste où je fais inc checker une descente de moi nowhere pis une descente de lui nowhere, c'est comme, il fait des fois des points meilleurs que moi. Pis j'essaie d'les checker voir qu'est-c'que j'pourrais changer pour améliorer mes choses (ÉNA3H, 647)*
	Pratique spontanée réflexive – Observation des autres	Pratique d'observation en direct d'une habileté particulière, seul ou accompagné par un pair	*Je regardais à mettons quelqu'un qui (...) qu'il était capable vriller plus vite que d'autres personnes. J'voyais que, la manière qu'il vrillait, c'est la manière qu'il rentrait pis, il restait devant ou, pis y'était vraiment d'un bloc. Il partait pas de mou à dur pour vriller. Sinon j'savais que tu perdais de la force, j'savais qu'il fallait que tu sois tight dès le départ (ÉNA3H, 151)*
	Pratique spontanée réflexive – Parler	Pratique de discussion à propos d'une habileté particulière avec un membre de sa famille ou un autre skieur	*Mettons j'ai quelque chose j'ai de la misère un saut à reprendre dans la piste des fois je peux lui en parler : « Comment je pourrais faire ÉNB5H, t'as-tu des conseils ou tu peux tu m'aider ». Pis souvent yé là pour m'aider là (ÉQ13F, 182)*

Pratique spontanée réflexive – Photos	Pratique d'observation de photos présentant une habileté particulière	*Mon père des fois il prenait des photos du 2e saut ou de quoi de même. Quelques fois seulement. C'est pas arrivé souvent (678). je les regardais, j'apprenais... En fin de compte, c'est comme on disait, c'est comme un vidéo, mais en mieux. En fait, tu peux voir chaque détail (684). Les photos en rafale je veux dire (686). En mouvement, pis la par exemple, dans les bosses, tu pognes une bosse, t'as l'absorption, après tu peux voir tes pieds un petit peu plus, sans arrêter le vidéo (690). Tu fais juste avancer, pis tu vois, tu descends, tu descends tu descends. Pis là tu vois, là tu vois là, ah, ton transfert de poids il est là. Y'est trop tard pour... ou whatever là. C'est vraiment en détail. C'est beaucoup plus en détail qu'un... Je trouve ça vraiment intéressant (ÉQ14H, 692)*
Pratique spontanée réflexive – Artefact	Pratiquer l'imagerie mentale projetée dans un artefact	*Tous tes crayons ont l'air des jouets, là. (Rires) Donc, tu pognes tes crayons puis tu fais des flips, puis tout ça (184). les flips) lentement. Faut que tu ailles lentement dans ces affaires-là (186). À part si tu les pitches, là tu le refais, mais sinon, si tu veux voir comment ça se passe, tu veux le sentir, tu veux que ce soit parfait. Si tu le lances vite, ce ne sera pas parfait. Si tu le pognes, puis que tu fais tout ce qui a besoin d'être fait. C'est parfait (ÉNA4H, 188)*
Pratique spontanée réflexive – Imagerie mentale	Pratiquer l'imagerie cognitive-générale et cognitive-spécifique d'une habileté particulière	*J'ai tout l'temps beaucoup fait d'la visualisation. Le soir avant de me coucher, souvent, n'importe quand, même quand j'suis pas en camp d'entraînement, j'imagine une descente ou une descente au ralenti que j'fais, vraiment dans ma tête. Des choses que j'serais peut-être pas capable encore de faire mais que dans ma tête ça se fait. Pis j'sens que ça me fait progresser parce que avec ça j'ai comme le feeling de skier qui, sans skier. Pis j'pense ça m'a aidé beaucoup tout au long de ma jeune carrière (ÉNA3H, 20).*

JEU DÉLIBÉRÉ	Jeu délibéré – Trampoline maison	Jouer en respectant les critères de jugement de la FIS	*Nous autres on jouait à, on faisait les Coupes du monde là, genre des courses, (..) c'est des compé. On s'assoyait, on sortait des chaises, pis là on était 4 faque y'avait 3 juges pis une personne faisait comme une descente de bosses mais sur la trampo. Pis les autres ils jugeaient, marquaient sur des papiers, pis après ça on se disait la compilation des résultats. (343), On faisait le premier saut, pis comme le start on l'faisait pas, on faisait le premier saut, on atterrissait, pis on faisait tac tac tac, tsé comme des bosses, fallait en faire comme 15 pis là après ça tu faisais le deuxième saut, tu atterrissais, tu faisais 5 bosses (ÉNA2H, 345)*
	Jeu délibéré – Ski libre	Jouer à gagner un duel contre un coéquipier	*On faisait juste ça pour le fun là. comme après là, faque là des fois on faisait des duels. ouin, mais on se coachait pas là (340), surtout moi pis mon frère parce que on a commencé en même temps, faque on était pas mal au même niveau pendant un bout. pis euh, faque ça c'est, c'est ça là. quand qu'on faisait des courses, ben là on était pas mal égal là (ÉQ12F, 342)*
	Jeu délibéré – Sauter sur la neige	Jouer à sauter pour le plaisir et essayer de nouveaux sauts	*On allait souvent se faire des sauts, on le faisait assez haut pour que les patrouilleurs nous voient et que personne vienne nous avertir (292). On allait sauter pour le fun (298) moi je commençais à faire des front flips, pis là quand j'ai commencé à faire des front flips pas pire ou quasiment tombé sur mes pieds, là mon frère il dit : « Fais des mistys » . Puis là, je me rappelle, je fais des mistys, puis je tombe dans la grosse neige folle. C'était ben drôle (ÉNA4H, 318)*
	Jeu délibéré – Rampe d'eau	Jouer à se lancer des défis sur la rampe d'eau	*Un petit peu, aux rampes d'eau (378). Pis j'essayais de le pousser parce que je trouvais que c'était de plate. Là, je disais : Envoye fais-le (ÉNA4H, 380, ÉN)*
	Jeu délibéré – Conditionnement physique	Jouer à être le plus rapide sur une tâche de conditionnement physique	*Même des fois il le faisait avec moi (Père). On le faisait les deux pis en même temps il me poussait (62). Toujours essayer de nous battre à chaque fois. Comme par exemple, tsé là on devait le faire le plus rapidement possible mais tsé, euh. Nous on donnerait déjà un temps fixe qu'il faut que tu fasses. Il faut*

			que tu battes ce temps fixes là (ÉQ14H, 64)
		Jeu délibéré – Snowpark	Jouer à faire mieux que son coéquipier	*C'était plus des challenges de tricks, de rails. Genre, lui il réussit à faire tel saut, tel rail, t'as le goût de la faire aussi là, que tu l'aies, pis tu t'en vas pas tant que tu ne l'as pas là. Mais, ce n'était pas genre tant la compétition (ÉNA4H, 436)*
		Jeu délibéré – Trampoline centre	Jouer à faire mieux que son coéquipier	*On apprenait des nouveaux sauts. des nouveaux sauts de freestyle mettons. Si yen avait un qui était capable, qui apprenait quelque chose, il disait à l'autre « j'ai fait ça pis je l'ai eu ». faque, là a je vais essayer aussi (ÉNB5H, 337)*
		Jeu délibéré – Tremplin	Jouer à exécuter des sauts de bosses sur un tremplin	*Quand j'étais jeune plus en 360° (384); j'disais juste PoP. Pop, c'était assez. C'était d'aller le plus haut que je pouvais de finir mon extension, faire un bon pop. Je ne pense pas que je orientation sais là-dessus ben gros (ÉNA4H, 386)*
		Jeu délibéré – Simulation de sauts	Jouer à sauter sur des artefacts afin de reproduire des sauts	*Quand j'étais au primaire puis quand je revenais de l'école, tsé tu te pognes une chaîne de trottoir, puis là tu sautes puis tu fais un spread ou un 360°, ça s'est arrivé souvent (204); Fait que quand j'étais tout seul, ben je faisais mes petits sauts, je ne pensais pas à grands points techniques sauf sauter le plus haut que je pouvais. Sauter le plus haut, c'est tout (ÉNA4H, 212)*
	JEU DE RÈGLES	Jeu de règles – Artefact	Jouer à répondre aux règles du sport en simulant des descentes de ski de bosses avec des objets	*Des crayons (...) qui faisaient des twists, des backs (439). Un ski, deux skis, un backflip cross (441) À l'école là, mes crayons à mine (...) Tu fais genre...pac pac pac. Ça faisait comme des pôles. (...) C'est comme une bosse, faque j'pique dans l'dos d'la bosse (...) je faisais...toc toc toc...ça faisait comme des traces de pôle là à terre. Fallait tout l'temps tu sois derrière, fallait jamais qu'ils dépassent. Là j'allais le plus vite possible. Fallait tout l'temps que les points soient l'autre bord d'la ligne mais collés. C'est comme des pôles là (ÉNA3H, 449)*
	JEU SYMBOLIQUE	Jeu symbolique – Artefact	Jouer en reproduisant des skieurs spécifiques ou non au moyen d'un artefact	*J'avais un GI Joe, un petit peu, comme les bras sont mobiles pis il bouge. Tu peux vraiment, c'est comme vraiment les vraies articulations d'un corps. Ça devait être slack. Pis des fois je m'amuse. Comme je le mets en position. Je le pars backfull là, je lui fais faire des petites runs ... C'est ça vraiment, je m'amuse.. tsé c'est niaiseux... (286). Des fois je faisais des*

		imitations de moi ou sinon de d'autres athlètes. Comme je peux prendre comme exemple ÉNA3H , ÉNA1H. Je prenais comme exemple le backfull d'ÉNA3H, le backfull d'ÉNA1H (294). Je me rappelle en 2006, je suis encore à Stoneham avec ma petite barbie, je m'amusais de refaire la run de Dale Begsmith quand il a gagné. Je la faisais vraiment parfaite... (ÉQ14H, 296)
Jeu symbolique – Ski libre	Jouer à reproduire des skieurs de la Coupe du monde	*Avoir le style à Jeremy Bloom ou essayer d'le faire comme le style. J'essayais genre. (...) On allait skier pis on était là « Check j'vais essayer de skier comme Janne, j'vais essayer de skier comme Bloom » (277). On skiait pas comme eux mais dans notre tête on était (...) Dans ma tête j'sentais que j'étais comme Janne, genre je skiais comme lui (ÉNA3H, 281)*
Jeu symbolique – Imagination	Jouer à reproduire sa propre activité de ski au moyen de son imagination	*« Quand je prenais l'autobus pis je m'en allais chez nous pis c'était l'hiver pis là on tsé, il y avait des bancs de neige, pis à chaque fois qu'il y avait un banc de neige, pis on arrivait à une intersection, ça faisait comme un saut dans la neige, pis ben, je m'en, je roulais en autobus, pis je m'imaginais que je sautais d'un banc de neige à l'autre (ÉNA2H, 120) »*
Jeu d'exercice – Ski libre	Jouer à skier que pour skier avec ou sans d'autres personnes	*Je m'amusais partout, je sautais partout, j'étais dans les bosses (60). C'était vraiment juste pour le fun (62). Je faisais juste m'amuser puis j'étais avec mes amis pis on skiait pis on skiait pis on skiait (ÉNA1H, 64)*
Jeu d'exercice – Trampoline maison	Jouer à sauter que pour sauter seul ou avec d'autres personnes	*Plein de pirouettes, toujours plein de pirouettes (ÉNB6H, 126)*
Jeu d'exercice – Sauter sur la neige	Jouer à sauter que pour sauter seul ou avec d'autres personnes	*On sautait là-dessus, on essayait des 360° (58). En me garrochant de même après ça fait moins peur. En me garrochant dans sa cour après ça fait moins peur dans la piste (ÉNC10F, 80)*
Jeu d'exercice – Snowpark	Jouer à sauter que pour sauter seul ou avec d'autres personnes	*On se rejoignait tous pour faire du snowpark l'après-midi (246), à cet âge là, pas vraiment. C'est encore l'époque où on faisait des twist spread en bosses pis c'était l'époque où je faisais des 360° dans les big airs, mais pas en bosses, fac... J'pensais juste à faire des plus gros sauts (ÉNC8H, 268)*

JEU D'EXERCICE

1.6.8. Distribution des pratiques et des jeux spécifiques au ski de bosses selon les skieurs et les équipes

L'ensemble de ces pratiques et de ces jeux n'a pas été évoqué par tous les skieurs de bosses et/ou ne se sont pas produits au même moment. La section suivante présente la répartition de ces pratiques et de ces jeux selon les skieurs et selon les équipes de ski de bosses.

1.6.8.1. Distribution des pratiques délibérées de ski de bosses selon les skieurs et les équipes

Tableau 1.10. Répartition interindividuelle et intra-individuelle des pratiques délibérées de ski de bosses selon les skieurs et les équipes de ski de bosses

	PRATIQUE DÉLIBÉRÉE							
	Rampe d'eau	**Cours de ski**	**Cours de trampoline**	**Conditionnement physique**	**Camp d'entraînement**	**Journée optionnelle**	**Gymnastique**	**Sauter sur la neige**
ÉNA1H	ÉR, ÉQ	ÉR	ÉR, ÉQ, ÉN	ÉR, ÉN	-	-	-	-
ÉNA2H	ÉN	-	-	ÉN	-	-	-	-
ÉNA3H	ÉR, ÉQ	ÉR	ÉR, ÉQ	ÉR, ÉQ, ÉN	ÉR	-	-	-
ÉNA4H	ÉR	ÉR, ÉN	ÉR	ÉQ, ÉN	-	-	-	ÉR
ÉNB5H	ÉR	-	ÉR	ÉR	-	-	-	-
ÉNB6H	-	-	-	-	-	-	-	-
ÉNC7H	ÉR	ÉR	ÉR	ÉR, ÉN	-	-	-	-
ÉNC8H	ÉR	-	ÉR	ÉQ, ÉN	ÉR	ÉQ	-	-
ÉNC9F	ÉR	ÉR	ÉR	-	-	-	-	-
ÉNC10F	-	ÉR	-	ÉQ	ÉR	ÉR, ÉQ	ÉR, ÉQ	ÉR
ÉQ11H	-	-	-	ÉQ	-	-	-	-
ÉQ12F	ÉR	ÉR	ÉQ	ÉQ	-	-	-	-
ÉQ13F	ÉR	ÉR	ÉR	-	-	-	-	-
ÉQ14H	-	-	-	ÉQ	-	-	-	-
ÉQ15H	ÉR	-	ÉR	ÉQ	-	ÉQ	-	-
ÉQ16H	-	ÉR	ÉR	ÉQ	-	ÉQ	-	-
ÉQ17F	ÉR, ÉQ	ÉR	ÉR	-	-	ÉQ	-	-

1.6.8.1.1. Analyse interindividuelle des pratiques délibérées

Les pratiques délibérées évoquées par les skieurs comprennent les activités privées identifiées (section 1.2.4.1.) et seulement cinq skieurs ont évoqué la pratique délibérée de rampe d'eau et la pratique délibérée de trampoline. Cependant, ceux-ci les ont probablement tous menées afin de qualifier leurs sauts inversés. Seul le skieur ÉNA2H n'a probablement pas réalisé cette pratique délibérée sur l'équipe régionale, les sauts inversés n'ayant été autorisés qu'à son entrée dans l'équipe du Québec.

L'ensemble des skieuses a évoqué la participation à des pratiques délibérées de cours privés de ski, dont deux skieuses provenant de la même équipe régionale. Par contre, leurs coéquipiers (n = 3), bien qu'ayant participé à ces cours privés, ils ne les ont pas évoqués. Dans le même ordre d'idées, des quatre skieurs provenant de la ville de Québec, uniquement l'un d'entre eux a participé à des cours privés de ski. Ce résultat amène à questionner la disponibilité de ces pratiques délibérées dans cette région.

La participation aux journées optionnelles par les skieurs de l'ÉQ et de deux skieurs de l'ÉN (ÉNC10F et ÉNC8H) est notamment attribuable à la structure et aux services de l'ÉQ qu'ils reçoivent ou ont reçus à cette époque.

1.6.8.1.2. Analyse intra-individuelle des pratiques délibérées

Le skieur ÉNA1H est le seul skieur ayant réalisé tout au long de sa carrière des pratiques délibérées de trampoline. Le skieur ÉNA3H est le seul ayant mené des pratiques délibérées de conditionnement physique tout au long de sa carrière.

1.6.8.1.3. Analyse des pratiques délibérées selon la hiérarchie de classement d'expertise

Presque tous les skieurs (n = 13) ont évoqué la pratique délibérée de conditionnement physique. Toutefois, quatre d'entre eux, tous parmi les sept meilleurs de l'échantillon, ont débuté cette pratique précocement comparativement aux autres skieurs qui ont débuté cette activité sur l'équipe du Québec. Enfin, les deux meilleurs skieurs sont les seuls ayant évoqué des pratiques délibérées pérennes (trampoline et conditionnement physique).

1.6.8.2. Distribution des pratiques délibérées réflexives de ski de bosses selon les skieurs et les équipes

Tableau 1.11. Répartition interindividuelle et intra-individuelle des pratiques délibérées réflexives de ski de bosses selon les skieurs et les équipes de ski de bosses

	PRATIQUE DÉLIBÉRÉE RÉFLEXIVE						
	Vidéos de soi	**Vidéos des autres**	**Imagerie mentale**	**Artefact**	**Vidéos comparatives**	**Lecture**	**Vidéo instructive**
ÉNA1H	ÉQ, ÉN	ÉN	-	-	ÉQ	-	-
ÉNA2H	ÉN	-	-	-	-	-	-
ÉNA3H	-	ÉR	-	-	-	-	-
ÉNA4H	ÉR, ÉQ, ÉN	-	-	-	-	-	-
ÉNB5H	ÉQ, ÉN	-	-	-	-	-	-
ÉNB6H	-	-	-	-	-	-	-
ÉNC7H	-	-	ÉR	-	-	-	-
ÉNC8H	ÉR	-	-	-	-	-	-
ÉNC9F	ÉQ	-	-	-	-	-	-
ÉNC10F	-	-	-	-	-	-	-
ÉQ11H	ÉQ	ÉQ	-	ÉR, ÉQ	-	-	-
ÉQ12F	-	-	-	-	-	-	-
ÉQ13F	-	-	-	-	-	-	-
ÉQ14H	-	ÉQ	ÉQ	-	-	ÉQ	ÉQ
ÉQ15H	ÉQ	ÉR	ÉQ	-	-	-	-

ÉQ16H	ÉR	-	-	-	-	-	-
ÉQ17F	-	-	-	-	-	-	-

1.6.8.2.1. Analyse interindividuelle des pratiques délibérées réflexives

Le visionnement de vidéos de soi est la pratique délibérée réflexive la plus couramment évoquée par les skieurs et elle débute majoritairement sur l'ÉQ (n = 6).

1.6.8.2.2. Analyse intra-individuelle des pratiques délibérées réflexives

Seul le skieur ÉNA4H a évoqué avoir tenu la pratique délibérée réflexive de visionnement de vidéos de soi tout au long de sa carrière. De plus, seul le skieur ÉNA1H a réalisé des pratiques délibérées réflexives de comparaison de vidéos de soi et de vidéos des autres. Seul le skieur ÉQ14H a accompli des pratiques délibérées réflexives de lecture et de visionnement de vidéo instructive.

1.6.8.2.3. Analyse des pratiques délibérées réflexives selon la hiérarchie de classement d'expertise

Quatre des cinq meilleurs skieurs de l'échantillon ont évoqué le visionnement de vidéos de soi comme forme de pratique délibérée réflexive, et ce, à plus d'une époque (sauf ÉNA2H).

1.6.8.3. Distribution des pratiques spontanées de ski de bosses selon les skieurs et les équipes

Tableau 1.12. Répartition interindividuelle et intra-individuelle des pratiques spontanées de ski de bosses selon les skieurs et les équipes de ski de bosses

	PRATIQUE SPONTANÉE						
	Ski libre	**Sauter sur la neige**	**Trampoline maison**	**Trampoline centre**	**Rampe d'eau**	**Snowpark**	**Conditionnement physique**
ÉNA1H	ÉR	-	ÉR, ÉQ, ÉN	-	-	ÉR, ÉQ	-
ÉNA2H	ÉQ	ÉR	-	-	-	-	-
ÉNA3H	ÉR	-	ÉR, ÉQ	-	-	-	ÉR, ÉQ
ÉNA4H	ÉR	-	-	-	ÉN	ÉR	-
ÉNB5H	-	-	-	-	-	-	ÉR
ÉNB6H	-	ÉQ	ÉQ	-	ÉQ	-	-
ÉNC7H	-	-	-	-	-	-	-
ÉNC8H	-	-	ÉR	-	-	-	-
ÉNC9F	ÉN	-	-	-	-	-	-
ÉNC10F	ÉR, ÉQ	ÉR	-	-	-	-	-
ÉQ11H	-	-	ÉR	-	-	-	-
ÉQ12F	-	ÉR	-	-	-	-	ÉQ
ÉQ13F	ÉR, ÉQ		ÉR, ÉQ	ÉR	-	-	-
ÉQ14H	-	ÉR	ÉR	ÉR	-	-	-
ÉQ15H	ÉQ	-	-	ÉQ	-	-	-
ÉQ16H	ÉR	-	ÉR	-	-	-	-
ÉQ17F	ÉR	ÉR	-	-	-	-	-

1.6.8.3.1. Analyse interindividuelle des pratiques spontanées

Les pratiques spontanées de ski libre (n = 10) et de trampoline à la maison (n = 8) sont les plus communément évoquées. Ensuite, la pratique spontanée de sauter sur la neige est présente surtout sur l'équipe régionale (n = 5) et les pratiques spontanées de ski libre, de trampoline à la maison et de rampe d'eau sont les seules évoquées sur l'équipe nationale.

1.6.8.3.2. Analyse intra-individuelle des pratiques spontanées

Seul le skieur ÉNC7H n'a évoqué aucune pratique spontanée. De même, seul le skieur ÉNA1H a évoqué la réalisation de pratiques spontanées (trampoline) tout au long de sa carrière.

1.6.8.3.3. Analyse des pratiques spontanées selon la hiérarchie de classement d'expertise

La présence de pratiques spontanées ne permet pas de caractériser et/ou de discriminer les niveaux d'expertise, et ce, peu importe les équipes de ski de bosses et les skieurs.

1.6.8.4. Distribution des pratiques spontanées réflexives de ski de bosses selon les skieurs et les équipes

Tableau 1.13. Répartition interindividuelle et intra-individuelle des pratiques spontanées réflexives de ski de bosses selon les skieurs et les équipes de ski de bosses

	PRATIQUE SPONTANÉE RÉFLEXIVE							
	Vidéos de soi	**Vidéos des autres**	**Imagerie mentale**	**Artefact**	**Vidéo comparative**	**Observation des autres**	**Parler**	**Photos**
ÉNA1H	ÉR, ÉN	-	-	-	-	-	-	-
ÉNA2H	ÉR, ÉN	ÉQ	-	-	-	-	-	-
ÉNA3H	ÉR, ÉQ	ÉR, ÉQ, ÉN	ÉR, ÉQ	-	ÉN	ÉR	-	-
ÉNA4H	-	ÉR, ÉN	ÉN	ÉQ	-	-	-	-
ÉNB5H	ÉN	ÉQ	-	-	-	-	-	-
ÉNB6H	ÉR, ÉQ, ÉN	-	-	-	-	-	-	-
ÉNC7H	ÉQ	ÉQ, ÉN	ÉR, ÉQ, ÉN	-	ÉN	-	ÉN	-
ÉNC8H	ÉQ	-	-	-	-	-	-	-
ÉNC9F	ÉQ	-	ÉN	-	-	-	ÉN	-
ÉNC10F	ÉQ	ÉR, ÉQ	ÉR, ÉQ, ÉN	ÉR	-	ÉR	-	-
ÉQ11H	-	-	-	ÉR	-	ÉR, ÉQ	-	-
ÉQ12F	ÉR, ÉQ	ÉR, ÉQ	ÉQ	-	ÉR	-	-	-
ÉQ13F	ÉR, ÉQ	ÉQ	ÉQ	-	-	-	ÉQ	-
ÉQ14H	ÉQ	ÉQ	ÉQ	ÉR, ÉQ	-	ÉR, ÉQ	ÉQ	ÉQ
ÉQ15H	ÉQ	ÉQ	ÉR, ÉQ	ÉR, ÉQ	-	-	ÉQ	-
ÉQ16H	ÉR, ÉQ	ÉR	ÉQ	-	-	ÉQ	-	-
ÉQ17F	ÉR, ÉQ	ÉQ	-	-	-	-	-	-

1.6.8.4.1. Analyse interindividuelle des pratiques spontanées réflexives

Presque tous les skieurs ont évoqué des pratiques spontanées réflexives de visionnement de vidéos de soi (n = 15) et de visionnement de vidéos des autres skieurs (n = 12). De plus, ces pratiques se produisent plus communément sur l'équipe du Québec (n = 22). Par ailleurs, parmi ces skieurs, deux ont évoqué ces pratiques sur plus d'une équipe tandis que huit ont visionné des vidéos de soi sur plus d'une équipe. Cinq skieurs ont évoqué le visionnement de vidéos des autres sur plus d'une équipe.

Tous les skieurs ont évoqué mener des pratiques spontanées réflexives au moment de l'entretien. De plus, tous les skieurs ont mené des pratiques spontanées réflexives lorsqu'ils étaient sur l'équipe du Québec, excepté ÉNA1H.

1.6.8.4.2. Analyse intra-individuelle des pratiques spontanées réflexives

Le skieur ÉQ14H est celui qui a évoqué le plus grand nombre et la plus grande variété de pratiques spontanées réflexives (n = 9). Le skieur ÉNA3H et la skieuse ÉNC10F sont ceux qui ont évoqué la plus grande variété de pratiques spontanées sur l'équipe régionale (n = 4).

1.6.8.4.3. Analyse des pratiques spontanées réflexives selon la hiérarchie de classement d'expertise

Les pratiques spontanées réflexives ne permettent pas de caractériser et/ou de discriminer les niveaux d'expertise, et ce, peu importe les équipes de ski de bosses et les skieurs.

1.6.8.5. Distribution des jeux délibérés de ski de bosses selon les skieurs et les équipes

Tableau 1.14. Répartition interindividuelle et intra-individuelle des jeux délibérés de ski de bosses selon les skieurs et les équipes de ski de bosses

	JEU DÉLIBÉRÉ						
	Trampoline maison	**Ski libre**	**Snowpark**	**Trampoline centre**	**Conditionnement physique**	**Sauter sur la neige**	**Tremplin**
ÉNA1H	ÉR	-	-	-	-	-	-
ÉNA2H	ÉR	-	-	-	-	-	-
ÉNA3H	ÉR	ÉR	-	-	-	ÉR	-
ÉNA4H	-	-	ÉR	-	-	ÉR	ÉR, ÉN
ÉNB5H	ÉR	-	ÉR, ÉQ	ÉQ	-	-	-
ÉNB6H	ÉR	-	-	-	-	-	-
ÉNC7H	-	-	-	-	-	-	-
ÉNC8H	ÉR	-	-	-	-	-	ÉR
ÉNC9F	-	-	-	-	-	-	-
ÉNC10F	ÉR	-	-	-	-	-	-
ÉQ11H	ÉR	-	-	-	-	-	-
ÉQ12F	ÉR	ÉR	-	-	-	-	ÉR
ÉQ13F	-	-	-	ÉR	-	-	-
ÉQ14H	ÉR	-	-	-	ÉQ	ÉR	-
ÉQ15H	-	ÉQ	-	ÉR	-	-	-
ÉQ16H	ÉR	-	-	-	-	-	-
ÉQ17F	ÉR	ÉR	-	-	-	-	-

1.6.8.5.1. Analyse interindividuelle des jeux délibérés

Lorsqu'ils étaient sur l'équipe régionale, la majorité des skieurs ont évoqué des jeux délibérés sur leur trampoline à la maison (n = 12). Trois skieurs ont évoqué avoir mené des jeux délibérés sur l'équipe du Québec et deux n'ont mené aucun jeu délibéré.

1.6.8.5.2. Analyse intra-individuelle des jeux délibérés

ÉNB5H et ÉNA4H sont les skieurs ayant évoqué la plus grande variété de jeux délibérés et ÉNA4H est le seul skieur ayant mené un jeu délibéré sur l'ÉN.

1.6.8.5.3. Analyse des jeux délibérés selon la hiérarchie de classement d'expertise

La présence de jeux délibérés ne permet pas de caractériser et/ou de discriminer les niveaux d'expertise, et ce, peu importe les équipes de ski de bosses et les skieurs.

1.6.8.6. Distribution des jeux de règles de ski de bosses selon les skieurs et les équipes

Seulement les skieurs ÉNA3H (ÉR, ÉQ) et ÉNC8H (ÉR, ÉQ, ÉN) ont réalisé des "Jeu de règles – Artefact".

1.6.8.7. Distribution des jeux symboliques de ski de bosses selon les skieurs et les équipes

Les jeux symboliques réalisés ont été majoritairement menés sur l'équipe régionale par les skieurs ÉNA1H ("Jeu symbolique – Ski libre"), ÉNA2H ("Jeu symbolique – Imagination"), ÉNA3H ("Jeu symbolique – Ski libre"), ÉNA4H ("Jeu symbolique – Imagination"), ÉNC7H ("Jeu symbolique – Imagination") et ÉQ14H ("Jeu symbolique – Artefact"). ÉQ14H est le seul skieur ayant évoqué le "Jeu symbolique-Artefact" sur l'équipe du Québec.

1.6.8.7.1. Analyse des jeux symboliques selon la hiérarchie de classement d'expertise

L'évocation de jeux symboliques sur l'équipe régionale caractérise les quatre meilleurs skieurs de l'échantillon et le skieur prometteur (ÉQ14H) ayant approché le plus l'expertise cinq ans après les entretiens.

1.6.8.8. Distribution des jeux d'exercice de ski de bosses selon les skieurs et les équipes

Tableau 1.15. Répartition interindividuelle et intra-individuelle des jeux d'exercice de ski de bosses selon les skieurs et les équipes de ski de bosses

	JEU D'EXERCICE			
	Ski libre	**Trampoline maison**	**Sauter sur la neige**	**Snowpark**
ÉNA1H	ÉR, ÉQ	-	-	-
ÉNA2H	-	-	-	-
ÉNA3H	ÉR	-	ÉR	-
ÉNA4H	ÉR	-	-	-
ÉNB5H	-	-	-	-
ÉNB6H	-	ÉR	-	-

ÉNC7H	-	-	-	-
ÉNC8H	-	-	-	ÉR
ÉNC9F	-	-	-	-
ÉNC10F	-	-	-	-
ÉQ11H	ÉR	-	-	-
ÉQ12F	-	-	-	-
ÉQ13F	ÉR, ÉQ	-	-	-
ÉQ14H	ÉR	-	-	-
ÉQ15H	ÉR	-	-	-
ÉQ16H	-	ÉR	-	-
ÉQ17F	-	-	-	-

1.6.8.8.1. Analyse interindividuelle des jeux d'exercice

Parmi les jeux d'exercice, le plus fréquemment évoqué est le ski libre (n = 7) et la majorité d'entre eux ont été accomplis sur l'équipe régionale (n = 11).

1.6.8.8.2. Analyse intra-individuelle des jeux d'exercice

Le skieur ÉNA1H et la skieuse ÉQ13F sont les seuls ayant des jeux d'exercice tant sur l'équipe régionale que sur l'équipe du Québec.

1.6.8.8.3. Analyse des jeux d'exercice selon la hiérarchie de classement d'expertise

La présence de jeux d'exercice ne permet pas de caractériser et/ou de discriminer les niveaux d'expertise, et ce, peu importe les équipes de ski de bosses et les skieurs.

1.7. Discussion

L'objet de la présente partie était d'identifier les activités privées menées par des skieurs de bosses experts et prometteurs, de leurs débuts jusqu'au moment de l'entretien. De manière plus détaillée, cette partie avait pour enjeu d'établir l'éventuelle correspondance entre les activités privées évoquées par les skieurs et la pratique délibérée, la pratique délibérée réflexive, la pratique spontanée, la pratique spontanée réflexive, le jeu délibéré, le jeu comme pratique, le jeu de règles, le jeu symbolique et le jeu d'exercice. Enfin, cette partie avait également pour mission d'étudier la trajectoire des activités privées évoquées en relation avec l'ascension des équipes de ski de bosses et le niveau d'expertise. Cette partie avait également pour enjeu de spécifier les activités privées à la discipline sportive du ski de bosses.

L'identification des segments de verbatim correspondant à l'évocation des activités privées a permis de dégager la nature des activités privées réalisées par les skieurs, leur présence au cours de la carrière en ski de bosses, comment la présence de celles-ci décrit les niveaux d'expertise et comment celles-ci sont spécifiques au ski de bosses. Enfin, l'emploi d'une grille d'analyse basée sur les critères des pratiques et des jeux présents dans la littérature s'est révélé ardu dans son application et ce choix méthodologique d'analyse présente des limites importantes.

1.7.1. Premier portrait des activités privées de skieurs de bosses experts et prometteurs

1.7.1.1. Nature des pratiques et des jeux correspondant aux activités privées

L'analyse des activités privées évoquées révèle que ces skieurs de bosses experts et prometteurs ont mené des pratiques délibérées, des pratiques délibérées réflexives, des pratiques spontanées, des pratiques spontanées réflexives et des jeux délibérés. Aucun jeu comme pratique n'a été évoqué. Cette absence dans le parcours des skieurs de bosses, peut s'expliquer par le caractère individuel de ce sport et par le non-emploi de cette méthode d'encadrement dans le milieu du ski de bosses canadien et québécois. Ces résultats corroborent donc que ces activités prototypiques caractérisent la population sportive, mais également les athlètes experts et prometteurs (Côté et al., 2013, 2014). En effet, l'utilisation du modèle d'Ericsson et ses collègues (1993) permet de dresser un portrait des pratiques délibérées tenues par des athlètes au cours de leur carrière sportive. Ainsi, les skieurs ont, dans la majorité, évoqué avoir tenu des pratiques délibérées de rampes d'eau et de trampoline. Certains skieurs ont participé à des pratiques délibérées supplémentaires, des cours privés de ski, des séances de conditionnement physique, des journées d'entraînement optionnelles, un camp d'entraînement d'été dans l'ouest canadien et un cours de gymnastique. La proposition des pratiques délibérées réflexives à partir des écrits d'Ericsson (Ericsson, 2009; Ericsson et Charness, 1994; Ericsson et Williams, 2007; Ericsson, 1996, 1997; Ericsson, Whyte et Ward, 2007) s'avère pertinente puisque, sous l'étayage direct ou indirect de l'entraîneur ou du parent connaisseur, les skieurs ont évoqué avoir visionné des vidéos de soi et d'autres skieurs, avoir comparé une vidéo de soi avec celle d'un autre skieur, avoir lu des livres sur la technique de ski de bosses, avoir mené de l'imagerie mentale avec ou sans artefact de leurs habiletés techniques de ski de bosses. Ces résultats confirment ainsi les recherches antérieures

considérant l'imagerie mentale (Cumming et Hall, 2002; Cumming et al., 2005; Nordin et al., 2006) et le visionnement de vidéos (Baker et al., 2003) comme pratiques délibérées. Ensuite, l'utilisation du modèle de Côté et ses collègues (Côté et al., 2013, 2014) met en évidence que les skieurs de bosses ont mené des pratiques spontanées et des jeux délibérés. Les jeux délibérés se produisent sous forme de duels de rapidité en ski, d'exploration des capacités physiques lors de tentative de nouveaux sauts, de simulation de compétitions et de jeux de «addon» (ex. jeux qui consistent à reproduire, chacun leur tour, des enchaînements de figures devenant de plus en plus nombreuses). Les pratiques spontanées évoquées correspondent à des sessions de conditionnement physique, de ski libre et de sauts sur la neige, sur le trampoline à la maison, sur le trampoline dans un centre, sur les rampes d'eau et dans le snowpark. Ces jeux délibérés et ces pratiques spontanées des skieurs ont été étayés par des coéquipiers et des frères/sœurs possédant un même niveau de performance ou un niveau de performance plus élevé. Ce résultat corrobore les résultats similaires trouvés par Bloom (1985a) auprès des nageurs. De plus, la tentative d'exécution de nouveaux sauts par les skieurs reflète un comportement créatif et cette contribution du jeu délibéré dans le développement d'habiletés créatives est déjà reconnue chez les athlètes élites de sports collectifs de balles (Memmert et al., 2010).

Par ailleurs, notre proposition de "Pratiques spontanées réflexives" est pertinente puisque les skieurs ont évoqué une variété de ce type de pratique : visionnement d'une vidéo instructive, de vidéos de soi et d'autres skieurs, comparaison de ces vidéos entre elles, observation d'autres skieurs sur les pentes, discussion entre skieurs, analyse de photos en rafale, imagerie mentale cognitive générale et spécifique et imagerie mentale objectivée.

D'autre part, l'étude unique des jeux délibérés tenus au cours de la carrière sportive ne permet pas de découvrir que les athlètes accomplissent une variété de jeux au

cours de leur développement sportif. En effet, la considération des trois catégories de jeux de Piaget (Piaget, 1945) a permis de mettre en lumière que certains skieurs ont mené des jeux de règles de simulation de compétitions au moyen d'artefacts divers, des jeux symboliques à vocation sensorimotrice faisant écho à leur pratique sportive, mais également des jeux d'exercice majoritairement présents lorsque les skieurs skient avec leurs amis après les entraînements et lorsqu'ils font du trampoline dans leur cour. Le repérage de ces jeux constitue donc un apport nouveau dans la littérature sur le développement de l'expertise et du talent. De même, la présence de jeux symboliques imitatifs de skieurs de bosses de la Coupe du monde sur l'équipe régionale permet de croire que ces jeux constituent une activité maîtresse au sein de la zone proximale de développement (Vygotsky, 1933) contribuant au développement de l'expertise et du talent. D'ailleurs, ce sont les meilleurs skieurs de l'échantillon qui ont mené ces jeux symboliques, ce qui laisse envisager que les jeux menés en début de pratique du ski de bosses les ont guidés vers la prochaine étape de niveau de performance élite, les préparant à être les compétiteurs de haut niveau qu'ils sont aujourd'hui.

Enfin, nos résultats montrent que de nombreuses activités privées évoquées échappent à la grille d'analyse fondée sur les critères d'identification des pratiques et des jeux provenant de la littérature sur le développement de l'expertise, du talent et de l'enfant. En effet, ces activités privées "Autres" ne visent pas l'amélioration de la performance et elles ne convoitent pas la recherche du plaisir éprouvé et/ou l'exploration des capacités physiques (Côté et al., 2013, 2014). Elles sont qualifiées "Autres" pour plusieurs raisons :

1) elles comportent les critères de plus d'une pratique et/ou d'un jeu ;
2) elles prennent racine dans l'évaluation affective, du « j'aime ou je n'aime pas » ;
3) elles visent à surveiller la performance sans la modifier ;
4) elles nourrissent la préparation mentale du skieur ;

5) elles se présentent comme une accumulation de pratiques, sans entrer dans la phase cognitive/associative (Ericsson et al., 1993) ;
6) elles reposent sur l'étayage, par le skieur participant, d'un autre skieur ;
7) elles visent la compréhension des angles d'un saut enneigé lors de sa construction ;
8) elles enrichissent, par l'écoute du discours d'un entraîneur, la compréhension du ski de bosses.

Ainsi, les recherches portant sur le développement de l'expertise, au moyen d'une méthodologie rétrospective, ne peuvent se limiter aux modèles actuels de la pratique délibérée et du jeu délibéré.

1.7.1.2. Popularité des diverses activités privées

La catégorie d'activités privées la plus fréquemment évoquée correspond aux activités privées "Autres", suivi des catégories d'activités privées suivantes : la "Pratique spontanée réflexive", la "Pratique délibérée", la "Pratique spontanée", le "Jeu délibéré", la "Pratique délibérée réflexive", le "Jeu d'exercice", le "Jeu symbolique" et le "Jeu de règles". Ainsi, l'activité privée "Autres" est celle évoquée en plus grand nombre par les skieurs et elle ne correspond pas à celle prévue – la pratique délibérée – dans la littérature sur le développement de l'expertise, du talent et de l'enfant. Dès lors, il est nécessaire d'étudier qualitativement celles-ci afin de dégager comment elles ont possiblement contribué au développement de l'expertise. Cette étude sera d'ailleurs présentée dans la quatrième partie de la thèse.

1.7.1.3. Présentation et répartition des activités privées au cours du développement

L'enseignement du ski de bosses et l'encadrement du développement des skieurs au Canada sont menés au sein de trois équipes de ski de bosses. La première équipe

correspond à l'équipe régionale (ÉR), la seconde à l'équipe du Québec (ÉQ) et la dernière à l'équipe nationale (ÉN). Les résultats obtenus indiquent la présence de l'ensemble des activités privées sur l'équipe régionale et sur l'équipe du Québec. Seuls, le jeu de règles et le jeu symbolique disparaissent en cours de carrière, lors de la période sur l'équipe nationale. La disparition des jeux vers l'âge adulte est en cohérence avec les modèles développementaux en sport (Côté, 1999). Les pratiques réflexives sont d'autant plus présentes sur l'équipe du Québec, moment où les skieurs souhaitent développer les habiletés critiques à leur sport (années de spécialisation de Côté, (1999)). La trajectoire de la pratique délibérée et du jeu délibéré, au cours du développement sportif, ne suit pas celle proposée dans la littérature. En effet, les skieurs évoquent une plus grande variété de pratiques délibérées sur l'ÉR que de jeux délibérés, contredisant ainsi la proposition inverse répertoriée dans la littérature (Côté, 1999).

De plus, la quantité et la variété d'activités privées évoquées déclinent au fur et à mesure que les skieurs transitent d'une équipe de bosses à l'autre, excepté les pratiques réflexives (délibérées et spontanées) qui augmentent sur l'équipe du Québec. Ce plus grand nombre d'activités privées à l'époque de l'équipe régionale s'explique par l'absence de prise en charge par l'équipe de ski de bosses de certaines de ces activités privées (majoritairement les pratiques délibérées). En effet, les activités privées diminuent lors de l'atteinte de l'équipe du Québec puisque la rampe d'eau, les cours de trampoline et les cours de conditionnement physique sont pris en charge par l'équipe. Les activités privées se voient également réduites sur l'équipe nationale puisque les skieurs sont régulièrement en camps d'entraînement ou en compétition. La réduction de la pratique délibérée au cours du temps contredit ainsi l'hypothèse d'une augmentation des pratiques délibérées au cours du temps (Côté, 1999), mais conforte la proposition de réduction du jeu délibéré au cours de la carrière (Côté, 1999).

1.7.1.4. Les activités privées caractérisant les skieurs experts

L'évocation de jeux symboliques caractérise les meilleurs skieurs de bosses au moment de l'entretien, mais également un skieur prometteur qui obtint dernièrement sa première médaille en Coupe du monde. Dès lors, les jeux symboliques doivent être intégrés dans les modèles d'étude sur l'acquisition de l'expertise (Ericsson) et le développement du talent (Côté). L'absence de jeux symboliques chez les skieuses est possiblement attribuable au fait qu'elles débutent le ski de bosses à 12 ans, période développementale dédiée principalement au jeu de règles.

En second lieu, la mise en place précoce de pratiques délibérées visant l'amélioration de la condition physique est repérée chez les meilleurs skieurs de bosses. Ce résultat s'avère d'autant plus pertinent puisque l'aspect physique constitue l'un des piliers de la préparation à la performance (Halliwell, Zaichkowsky et Botterill, 2006) et à l'atteinte de l'expertise en sport (ex. les arbitres de haut niveau mènent des pratiques délibérées portant sur la condition physique (Catteeuw et al., 2009; MacMahon et al., 2007)).

D'autre part, la présence de pratiques délibérées pérennes (trampoline et conditionnement physique) est notée chez deux des meilleurs skieurs de la présente recherche et l'évocation de pratiques délibérées réflexives pérennes de visionnement de vidéos de soi caractérise quatre skieurs de bosses experts. Ces résultats confirment la présence continue de pratiques délibérées chez les athlètes ayant atteint l'expertise (Ericsson et al., 1993).

Puis, l'acquisition de l'expertise se produit, selon Ericsson et ses collègues (1993), après dix ans de pratiques délibérées. En conformité avec cette affirmation, les meilleurs skieurs de cette étude (équipe nationale A et B) pratiquent le ski de bosses

depuis plus de dix ans et ceux-ci ont évoqué la présence de pratiques délibérées de leurs débuts jusqu'au moment de l'entretien. Les skieurs de niveau inférieur (équipe nationale C et l'équipe du Québec) pratiquent ce sport depuis 7.6 ans en moyenne et ceux-ci ont également évoqué la présence de pratiques délibérées de leurs débuts jusqu'au moment de l'entretien. De plus, malgré l'atteinte d'une dizaine d'années de pratiques délibérées, certains d'entre eux n'ont jamais atteint, quatre ans après les entretiens, le niveau expert. En raison de cela, il est possible que les activités privées, autre que la pratique délibérée, soient celles qui font la différence dans l'acquisition de l'expertise.

Enfin, la présence de l'ensemble des activités privées et d'une quantité correspondant au double de la variété des activités privées du deuxième meilleur skieur de l'échantillon caractérise l'un des plus grands skieurs de l'histoire du ski de bosses. De ce fait, la pratique délibérée et le jeu délibéré ne constituent pas les seules activités privées contribuant à l'acquisition de l'expertise et au développement du talent.

1.7.2. Les limites des modèles d'Ericsson, de Côté et de Piaget

Cette première partie de la thèse avait pour enjeu l'identification des activités privées présentes dans le parcours d'athlètes de niveaux national et international et leur correspondance avec les pratiques et les jeux préalablement répertoriés dans la littérature sur l'acquisition de l'expertise et le développement du talent. La recension des écrits a permis d'identifier les critères qualificatifs et discriminants pour chaque pratique et chaque jeu, ainsi, nous avons pu établir les activités privées correspondantes. La construction et l'application de cette grille d'analyse a été ardues pour quatre raisons explicitées ci-dessous.

1.7.2.1. Les étayages professoraux directs et indirects dans la pratique délibérée : confusion pour la pratique spontanée

Depuis plus de vingt ans, Ericsson attribue l'acquisition de l'expertise à la tenue de pratiques délibérées. Ces pratiques délibérées doivent être prescrites, supervisées et conçues par un professeur hautement qualifié du domaine. Cet étayage direct se produit par des rétroactions au cours de et/ou suivant la performance et/ou la réflexion lors des pratiques délibérées. Si le professeur est absent de la pratique délibérée, il donne les buts de maîtrise à atteindre (Ericsson, 2006). Afin de couvrir un plus large éventail de pratiques, Ericsson (Ericsson et al., 1993) considère l'étayage professoral intériorisé et mobilisé lors de la pratique délibérée. De plus, lorsque l'athlète possède des connaissances frôlant l'expertise, il peut concevoir des pratiques délibérées par lui-même (Ericsson, 1998; Ericsson et Charness, 1994; Plant et al., 2005). Par conséquent, la conceptualisation de l'agent étayeur est à la fois restrictive et permissive : restrictive par la nécessité d'un encadrement professoral permettant la rétroaction immédiate en cours de pratique délibérée et permissive par la mobilisation du discours professoral intériorisé et par la construction par soi-même de la pratique délibérée une fois l'expertise atteinte. Dès lors, il devient difficile de séparer la pratique délibérée de la pratique spontanée. En effet, les skieurs mobilisent un discours technique lors de la mise en place de leurs pratiques spontanées, et ce, sans référence à l'entraîneur. Pourtant, ce discours technique s'apparente à celui de l'entraîneur, puisqu'il est composé de prescriptions d'exécution et de moyens de régulation de l'exécution. Ainsi, il devient difficile de distinguer pratique spontanée et pratique délibérée. Dans le cadre de notre recherche, les pratiques évoquées et faisant référence explicitement à l'entraîneur ont été catégorisées comme "Pratique délibérée" tandis que celles ne faisant pas explicitement référence à l'entraîneur ont été classées comme "Pratique spontanée". Toutefois, une analyse plus fine est requise afin de valider ou d'invalider si l'étayage mobilisé lors des pratiques spontanées

relève du discours de l'entraîneur ou non. La deuxième partie de cette thèse portera sur ce travail qualitatif.

1.7.2.2. L'étayeur parental comme agent transformateur de la nature des activités privées

Dans leur présentation du modèle de la pratique délibérée, Côté et ses collègues (2013) mentionnent que cette pratique est dirigée par un « adulte », ne précisant point le niveau de connaissance requis chez cet adulte. Cette imprécision dans un modèle conçu pour rendre compte du développement sportif dans l'enfance, nous a amené à qualifier cet adulte d'entraîneur. En effet, la pratique délibérée doit être dirigée et supervisée par un professeur possédant les connaissances du domaine (Ericsson, 2006, 2009). Devant cette exigence du cadre d'Ericsson, le parent qui s'est construit lui-même sa propre connaissance du sport peut-il équivaloir aux connaissances du professeur dirigeant la pratique délibérée ? Effectivement, deux skieurs et deux skieuses ont bénéficié d'étayage de la part de leur père ou du père d'un autre skieur. Plus précisément, deux des trois pères ont suivi des formations de juge dans ce sport. Ils ont donc développé une compétence à évaluer la technique de ski et de sauts. Ce faisant, ils procurent à leur enfant un étayage d'appréciation affective et technique de l'exécution motrice qui vise l'évaluation du ski et des sauts selon les critères de jugement. Ce type d'intervention permet une régulation de l'activité, puisque selon l'évaluation reçue, l'athlète modifiera ou conservera son exécution motrice. Deux pères ont également construit leur savoir en conditionnement physique au moyen de vidéos d'entraînement disponibles sur You Tube®, mais également de livres sur le ski de bosses. Grâce à ces connaissances acquises, ces pères ont pu co-construire avec leur fils une pratique de conditionnement physique adaptée au ski de bosses. Considérant l'étayage fourni par ces pères connaisseurs, ces pratiques étayées sont qualifiées de délibérées. Il est à noter que ces pratiques sont tenues secrètes puisque

les entraîneurs de ces deux garçons ignorent qu'ils mènent ou ont mené cette activité à la maison. Ce dernier point justifie l'intérêt d'étudier les activités privées et les interventions reçues, qui seront d'ailleurs étudiéesdans la deuxième partie de la thèse.

Il est important d'évaluer les connaissances de l'étayeur parental puisque certains parents possèdent possiblement des connaissances équivalentes et/ou supérieures à celles de certains entraîneurs. De même, il est possible que la qualité de l'étayage procuré par les coéquipiers dépasse également celui des entraîneurs et/ou des parents. Ces questions sont au cœur de la deuxième partie de la thèse.

1.7.2.3. Nouvelles activités contributives à l'acquisition de l'expertise : les activités privées "Autres – Mixte"

L'étude des entretiens avec des skieurs démontre que les pratiques et les jeux ne forment pas des catégories disjointes. En effet, certaines activités évoquées présentent des éléments qui répondent aux critères de plus d'une catégorie de pratiques et/ou de jeux. Par exemple, la reproduction de skieurs de la Coupe du monde sur le trampoline correspond à la fois aux critères du jeu délibéré et du jeu symbolique. Lors du jeu, les skieurs doivent respecter les critères de jugement de leur sport en plus de reproduire corporellement la technique et les figures des skieurs actuels de la Coupe du monde. Une autre activité privée, dite "Mixte", correspond à trois catégories. Plus précisément, cette activité réalisée par les skieurs de bosses correspond à la pratique spontanée, puisqu'elle porte sur une habileté particulière, mais également au jeu délibéré de par son déroulement et au jeu d'exercice, puisque l'exécution du saut n'a jamais été vécue avant. Ces activités de « première fois » offrent la possibilité aux athlètes d'expérimenter des motions corporelles qui pour l'instant n'ont jamais été ressenties et qui se situent au-delà de leur zone proximale de développement. Ces occasions deviennent donc un moyen d'élargissement de la zone proximale de

développement (Vygotsky, 1933). Il demeure que cette catégorie d'activités est liée au contexte social dans lequel elles se produisent puisque la présence d'autrui engendre la possibilité d'étayages et/ou de jeux impliquant plusieurs skieurs. Les activités privées menées par les skieurs de bosses sont plus complexes que celles répertoriées dans la littérature sur le développement de l'expertise et du talent. En effet, l'un des résultats importants de cette première partie concerne la fréquence d'activités privées non anticipées dans la littérature sur le développement de l'expertise et du talent. Ce résultat est nouveau puisque les skieurs étaient invités à partager toutes les activités faites en dehors du milieu institutionnel s'ils jugeaient qu'elles avaient contribué à leur ascension vers l'expertise. Ce résultat laisse présager que l'acquisition de l'expertise ne dépend pas uniquement d'une forme de pratique ou de jeu, mais bien d'un ensemble d'activités privées.

1.7.2.4. Segments contradictoires et critères d'analyse trop nombreux

Un grand nombre de pratiques et de jeux présentent des éléments en contradiction interne avec les critères les caractérisant. Ces contradictions concernent l'orientation temporelle (dirigée vers le présent durant la pratique délibérée, dirigée vers le futur dans le cas de la pratique spontanée) de l'activité privée, le moment de gratification (présent versus futur), la présence ou l'absence d'inscription dans le programme institutionnel (curriculum) et l'initiation à trouver des pratiques délibérées contrairement à leurs prescriptions. Par exemple, certains skieurs, et ce, dès un jeune âge, ont identifié les aspects à travailler en vue d'améliorer leur performance. Ainsi, ils ont eux-mêmes initié leur recherche de professeur pouvant les encadrer ou les superviser lors de pratiques délibérées. Ce résultat est contraire aux affirmations de Côté et ses collègues (2013) et Ericsson (Ericsson et al., 1993) qui soutiennent que l'entraîneur prescrit la pratique délibérée. De plus, dans la moitié des cas, les

segments de verbatim correspondant à l'orientation temporelle et au moment de gratification sont manquants. Cette absence d'information concerne surtout l'évocation des pratiques délibérées puisque les entretiens mettent l'accent sur les activités privées autres que les pratiques délibérées. Ce choix a permis de démontrer un élargissement des activités pouvant contribuer au développement de l'expertise et du talent.

Malgré l'absence de ces précisions, ces activités privées ont été comptabilisées, sous l'appellation de pratiques ou de jeux. En effet, il appert que les critères « orientation temporelle » et « moment de gratification » ne permettent pas de discriminer la nature des activités privées tenues par les skieurs de bosses et, par conséquent, l'importance de ces critères est négligeable. L'utilisation de l'axe social (dirigé par l'adulte (entraîneur) ou l'enfant (athlète)) et de l'axe de valeur personnelle (amélioration de la performance ou plaisir) proposés par Hakkarainen (1999) et repris par Côté (Côté et al., 2013, 2014) apparaît suffisante pour catégoriser les activités privées des skieurs en ajoutant l'inscription dans le curriculum d'entraînement institutionnel.

1.7.3. Limites méthodologiques

Différentes limites méthodologiques peuvent affecter la profondeur et la validité des résultats. Tout d'abord, la répartition hommes-femmes est inégale au sein de notre population et, qui plus est, les skieuses de haut niveau sont absentes. Par conséquent, il n'est pas possible d'établir si des différences de genre existent dans la mise en place des activités privées. Ensuite, la structure de l'entretien du skieur ÉNC7H n'est pas la même que celle des autres skieurs. Plus précisément, cet entretien consistait en un pré-entretien exploratoire pour cette thèse, mais étant donné la qualité de son contenu, nous avons décidé de le conserver. Ce faisant, il est possible que diverses activités

privées soient manquantes. Enfin, le skieur ÉNB6H est le seul skieur à ne pas avoir évoqué de pratiques délibérées. Ce résultat est plutôt surprenant étant donné le processus de qualification de sauts inversés sur la rampe d'eau. Il est possible que ces activités n'aient pas été évoquées faute de temps pour réaliser l'entretien.

Enfin, bien que ces limites existent, ce premier exercice d'analyse a permis d'identifier la nature des activités privées menées par ces skieurs experts et prometteurs. Afin de mieux saisir les limites réelles de la qualité des entretiens, une analyse qualitative en profondeur s'impose dans la deuxième partie de cette thèse.

1.8. Conclusion

Les implications de ces premiers résultats sont décisives pour l'étude du développement de l'expertise et du talent. En effet, les entretiens auprès de skieurs de bosses experts et prometteurs révèlent l'existence d'un grand nombre d'activités privées qui prennent la forme de pratique délibérée (motrice et réflexive), de pratiques spontanées (motrices et réflexives), de jeux délibérés, de jeux de règles, de jeux symboliques et de jeux d'exercice. De plus, ces skieurs évoquent de nouvelles formes d'activités privées contributives au développement de leur expertise et de leur talent et qui n'ont jamais été proposées dans la littérature. Ces activités privées "Autres" sont notamment constituées de plus d'une pratique et/ou d'un jeu et celles-ci procurent une occasion de dépassement des capacités actuelles du skieur.

D'autre part, les résultats révèlent qu'un même artefact, tel le trampoline, la rampe d'eau ou la neige, sert à une variété d'activités privées. Par exemple, le skieur peut mener une pratique délibérée, une pratique spontanée et un jeu délibéré sur son trampoline dans sa cour. Ainsi, ce résultat laisse présager que le choix de l'artefact et

l'activité qui s'y déroule est dépendant du processus délibéré ou spontané de le choisir. Enjeu qui sera étudié dans la troisième partie de la thèse.

Ensuite, ces activités privées prennent place tout au long de la carrière de ces athlètes, et, seuls les jeux symboliques et les jeux d'exercice disparaissent au moment de l'équipe nationale. Le choix des différentes activités privées apparaît donc potentiellement lié aux enjeux développementaux. Bien que les jeux symboliques disparaissent au cours du développement, la présence de ceux-ci caractérise les meilleurs skieurs de cette étude. La présence continue de pratiques délibérées de trampoline, de conditionnement physique et de visionnement de vidéos de soi décrit deux des meilleurs skieurs de bosses de l'histoire de ce sport.

Enfin, l'entourage – entraîneurs, parents, coéquipiers, fratrie – des athlètes contribue à l'instauration et la définition des diverses activités privées. En d'autres termes, l'étayage de l'activité privée par l'entourage détermine sa direction instrumentale ou intrinsèque. Par exemple, c'est l'environnement social qui permet de distinguer le jeu délibéré de la pratique spontanée puisque tous deux mettent en scène l'exercice d'une habileté sportive, mais le caractère ludique l'entourant le transforme en jeu délibéré.

1.8.1. Ouverture vers la deuxième partie de la thèse

Pour étudier les activités privées des athlètes, il est nécessaire d'investiguer leurs qualités puisque ces informations qualitatives permettent de les catégoriser selon les pratiques et jeux identifiés dans la littérature. D'ailleurs l'absence de considération du point de vue des athlètes constitue une limite dans l'étude du développement de l'expertise et du talent en sport. En effet, les chercheurs proposent eux-mêmes une liste d'activités ou demandent aux entraîneurs de leur en fournir une (Memmert et al.,

2010). Conséquemment, il n'est pas possible d'avoir accès à toutes les pratiques et à tous les jeux permettant de développer l'expertise et le talent.

Notre recherche a jusqu'à présent démontré que c'est en se basant sur l'évocation de ces diverses activités privées qu'il a été possible de répertorier les activités privées menées, leur nature et leur distribution interindividuelle, intra-individuelle et selon la hiérarchie de classement d'expertise. Néanmoins, nous n'avons pas encore étudié les conditions qualitatives dans lesquelles s'exercent les activités privées. En effet, il est nécessaire d'explorer les désirs sous-tendant le choix des activités privées, selon les skieurs et les époques, en plus d'établir comment celles-ci se déroulent et comment elles contribuent au développement de leur expertise et de leur talent. C'est pourquoi la prochaine partie de cette thèse aura pour enjeu d'étudier en profondeur la mise en place de ces diverses activités privées, mais aussi comment l'entourage contribue à l'instauration et au déroulement de ces activités privées.

PARTIE 2

LA CONTRIBUTION DES DIFFÉRENTS SYSTÈMES ÉCOLOGIQUES DANS LE CHOIX, LA MISE EN PLACE ET LE DÉROULEMENT DES ACTIVITÉS PRIVÉES

> *On a appris à courser les trois. On a appris vraiment que, comment courser j'pense c'est ça qui était l'meilleur (...) Pis y'a du monde même maintenant, qui ont, en régional ou en provincial, ils l'ont tsé, pas plus facile mais (...) ils sont 2 à se pousser, ou y'est seul pis y'est en haut. J'avais eux pis c'était, on était jeunes pis le niveau était quand même fort de nous trois. Faque j'pense ça m'a appris à courser (229).*
>
> *ÉNA3H - à propos de ses coéquipiers*

2.1. Introduction

La partie précédente a établi les catégories d'activités privées menées par les skieurs de bosses au cours de leur trajectoire. Nous avons enrichi les catégories décrites par la littérature sur le développement de l'expertise et du talent en incluant non seulement les activités réflexives mais également de nouvelles activités ludiques (jeu de règles, jeu symbolique et jeu d'exercice). Ces activités privées, placées désormais sur une palette élargie, n'ont pas toutes été menées par l'ensemble des skieurs. La tenue des pratiques et des jeux est tributaire de deux variables (Côté et al., 2013, 2014) : la présence d'une tierce personne procurant une direction à l'activité choisie d'une part, et la valeur personnelle attribuée à celle-ci par l'athlète, motivant son choix, d'autre part. La troisième partie de la thèse étudiera la valeur personnelle des activités privées. Cette deuxième partie étudiera la première variable en l'élargissant aux institutions et aux valeurs de la société d'appartenance des skieurs.

En effet, Ericsson et ses collègues (Ericsson, Krampe et Tesch-Römer, 1993) observent, au-delà du soutien des parents et de l'entourage social, que les ressources matérielles et financières (accès à des professeurs, matériaux et centres d'entraînement), facilitent ou contraignent l'atteinte de l'expertise. Tout humain évolue au sein d'un milieu, c'est-à-dire : « Un ensemble plus ou moins durable de circonstances où se produisent des existences individuelles. Il comporte des conditions physiques et naturelles, transformées par des techniques et par les usages du groupe humain correspondant » (Wallon, 1959, p. 288).

L'apport d'une tierce personne est particulièrement remarquable chez le skieur ÉNA3H : par son désir de devenir le meilleur skieur de bosses, il a mené différentes pratiques délibérées sous la tutelle de son père, bon connaisseur de cette discipline sportive. Le jeu fournit un second exemple de l'influence de cette disponibilité matérielle et sociale sur les activités privées. En effet, le jeu évolue tant selon le milieu social (ex. à quel stage sociétal l'enfant se situe, les opportunités d'observer les aînés) que physique (ex. disponibilité des objets/jouets et leur utilisation) (Elkonin, 1978; Piaget, 1945). Plus précisément, la participation de l'enfant à la vie sociale, en particulier l'observation possible des activités des aînés et des adultes et le côtoiement des autres enfants, fonde sa motivation à jouer, par exemple au jeu symbolique/imitatif (Elkonin, 1978; Hakkarainen, 1999). Ainsi, le jeu est socialement élaboré et guidé par les matériaux et jouets disponibles (Elkonin, 1978). Une seconde opportunité, incontournable dans le sport actuel, est fournie par la vidéo. En effet, l'absence de caméra vidéo et/ou d'une tierce personne pour filmer prive le skieur des activités privées de visionnement de vidéo de soi.

Ainsi, le milieu du ski de bosses (au Canada, au Québec, dans l'équipe régionale, etc.) favorise des activités privées spécifiques. Cette intervention peut débuter dès le jeune âge, lorsque le milieu dicte les conduites à posséder, créant l'habitude avant le

choix (Wallon, 1959). Un exemple est fourni par les "Pratiques délibérées - Cours de trampoline" et les "Pratiques délibérées - Rampe d'eau" identifiées et initiées par l'institution sportive pour amorcer le processus de qualification des sauts inversés (préambule sur le ski de bosses).

Afin de rendre compte de la contribution du milieu et des personnes dans la mise en place et le déroulement des activités privées évoquées par les skieurs, nous considérerons les circonstances dans lesquelles les skieurs ont agi, c'est-à-dire les paramètres « Qui, Quoi, et Où, au moyen de quelle aide, et par qui : Pourquoi, Comment et Quand » [Trad. libre][56] (Robertson, 1946, p. 14) des activités privées. En effet, pour juger, tel que le ferait un jury, une personne ou une action, il faut considérer les circonstances dans lesquelles une personne agit (Robertson, 1946). Ainsi, nous adopterons, dans cette deuxième partie, le modèle écologique du développement humain de Bronfenbrenner (1977, 1986, 1994), modèle inscrit dans le paradigme de l'acquis et non de l'inné, option partagée par Ericsson et ses collègues (1993). Ce modèle devrait nous permettre de saisir la contribution des ressources et des contraintes des milieux à l'exercice des activités privées et au développement de l'expertise. Nous étudierons, plus particulièrement, la participation de l'entourage social dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées.

Le modèle écologique développé par Bronfenbrenner a acquis, en psychologie, le statut d'outil privilégié et compréhensif de l'analyse des ressources et des contraintes disponibles dans un milieu spécifique. Chez Bronfenbrenner, le concept de milieu devient l'environnement. Dans cette perspective, à la suite d'une présentation théorique du modèle de Bronfenbrenner, nous adopterons une démarche inductive et

---

[56] Who, what, and where, by what helpe, and by whose: Why, how, and when, doe many things disclose.

progressive de présentation des verbatim, suivi d'une discussion des résultats de recherche.

2.2. Cadre théorique

2.2.1. Application au développement de l'expertise et du talent en ski de bosses du développement écologique de l'humain

L'étude du développement de l'expertise et du talent requiert un regard écologique. En effet, selon Bronfenbrenner, l'humain se développe au sein de plusieurs systèmes qui s'articulent les uns avec les autres :

> La compréhension du développement humain requiert (...) l'examen des systèmes d'interactions impliquant plusieurs personnes au sein des différents systèmes qui ne se limite pas qu'à une situation, mais qui comprend également les aspects des environnements présents au-delà de la situation comprenant l'individu (...) L'écologie du développement humain est l'étude scientifique de l'accommodation progressive et mutuelle, tout au long de la durée de vie, entre un organisme humain en croissance et l'environnement dans lequel il vit, qui est en constante évolution, et dont le processus est affecté par les relations obtenues au sein et entre ces situations immédiates, ainsi que le contexte social plus large, à la fois formel et informel, dans lequel les situations sont intégrées [Trad. libre][57] (Bronfenbrenner, 1977, p. 514).

---

[57] The understanding of human development demands (...) examination of multiple person systems of interaction not limited to a single setting and must take into account aspects of the environment beyond the immediate situation containing the subject (...) The ecology of human development is the scientific study of the progressive, mutual accommodation, throughout the life span, between a growing human organism and the changing immediate environments in which it lives, as this process is affected by relations obtaining within and between these immediate settings, as well as the larger social context, both formal and informal, in which settings are embedded.

Les activités privées catégorisées dans la première partie correspondent à des situations (trad. libre de « *settings* ») spécifiques évoquées par les skieurs. Ces situations/activités privées sont repérables selon plusieurs paramètres (Bronfenbrenner, 1977, p. 514) : « les facteurs de l'endroit, du temps, des attributs physiques, de l'activité, du participant et du rôle constituent les éléments d'une situation » [Trad. libre][58]. Ces paramètres se traduisent ainsi dans notre étude : le skieur exerce dans des lieux ayant des « caractéristiques physiques » particulières (ex. piste de bosses, trampoline, rampe d'eau, etc.), il y réalise une « activité » appartenant à une catégorie précise (ex. pratique délibérée, jeu délibéré, etc.) tout en adoptant un « rôle particulier » (ex. coéquipier, frère/sœur, enfant, compétiteur), et ce, à un « moment précis » dans le temps tant institutionnel que saisonnier (ex. équipe régionale, équipe du Québec, hiver, été, etc.). De plus, la mise en place et le déroulement de ces situations (activités privées) se produisent au sein de six systèmes imbriqués ayant un impact sur le développement humain (Belsky, 1980; Bronfenbrenner, 1977) : l'ontosystème, le microsystème, le mésosystème, l'exosystème, le macrosystème et le chronosystème (Tableau 2.1).

Tableau 2.1. Identification et définitions des systèmes écologiques de Bronfenbrenner (1977, 1986) et Belsky (1980)

Systèmes	Définitions
Ontosystème	*Bronfenbrenner n'a pas proposé le terme ontosystème, bien qu'il décrive l'individu comme une composition neurobiologique et biochimique d'un individu, à son tempérament, sa personnalité, son intelligence, son estime de soi, les attentes envers son rôle, son auto-efficacité, ses valeurs et ses buts*[59]*. C'est Belsky (1980) qui l'introduit : ce terme correspond à la personnalité d'un individu et celle-ci relève de son histoire développementale et de son histoire sociale, mais également de ses expériences passées [Trad. libre].*

[58] The factors of place, time, physical features, activity, participant, and role constitute the elements of a setting.

[59] (Bronfenbrenner, 1995, p. 633)

Microsystème	*Le microsystème comprend les relations complexes entre la personne et son environnement immédiat au sein duquel elle se développe (ex. la maison, l'école, le milieu de travail, etc.* [60] *[Trad. libre].*
Mésosystème	*Le mésosystème comprend les relations entre les différents microsystèmes à un point précis dans le temps*[61] *[Trad. libre].*
Exosystème	*L'exosystème est une extension du mésosystème et comprend les autres situations, formelles et informelles, qui ne contiennent pas l'individu en développement. L'exosystème influence, délimite et/ou détermine la dynamique présente dans le mésosystème et le microsystème. L'exosystème correspond, par exemple, aux structures institutionnelles*[62] *[Trad. libre].*
Macrosystème	*Le macrosystème fait référence aux schémas institutionnels généraux de la culture ou de la sous-culture, tels que les systèmes économiques, sociaux, éducatifs, juridiques et politiques, dont le microsystème, le mésosystème et l'exosystème sont les manifestations concrètes. Le macrosystème est conceptualisé et examiné non seulement en termes structurels, mais également en tant que supports d'information et de l'idéologie, de manière explicite et implicite, donnant ainsi une signification et une motivation envers des organisations particulières, les réseaux sociaux, les rôles, les activités et leurs interrelations. Par exemple, les places occupées par les enfants et ceux qui en prennent soin dans la société influeront sur la manière dont les gens interagiront avec eux*[63] *[Trad. libre].*
Chronosystème	*Le chronosystème représente le temps qui influence le développement de la personne, sous forme de changements ou de continuité, au sein des systèmes dans lesquels il vit. Le chronosystème contient les transitions normatives et non-normatives de la vie*[64] *[Trad. libre].*

Les résultats de la première partie de cette recherche et l'expérience personnelle de la chercheuse permettent de spécifier ces six catégories de systèmes pour le ski de bosses (Figure 2.1).

---

[60] (Bronfenbrenner, 1977, p. 514)

[61] (Bronfenbrenner, 1977, p. 514)

[62] (Bronfenbrenner, 1977, p. 514)

[63] (Bronfenbrenner, 1977, p. 514)

[64] (Bronfenbrenner, 1986, p. 724)

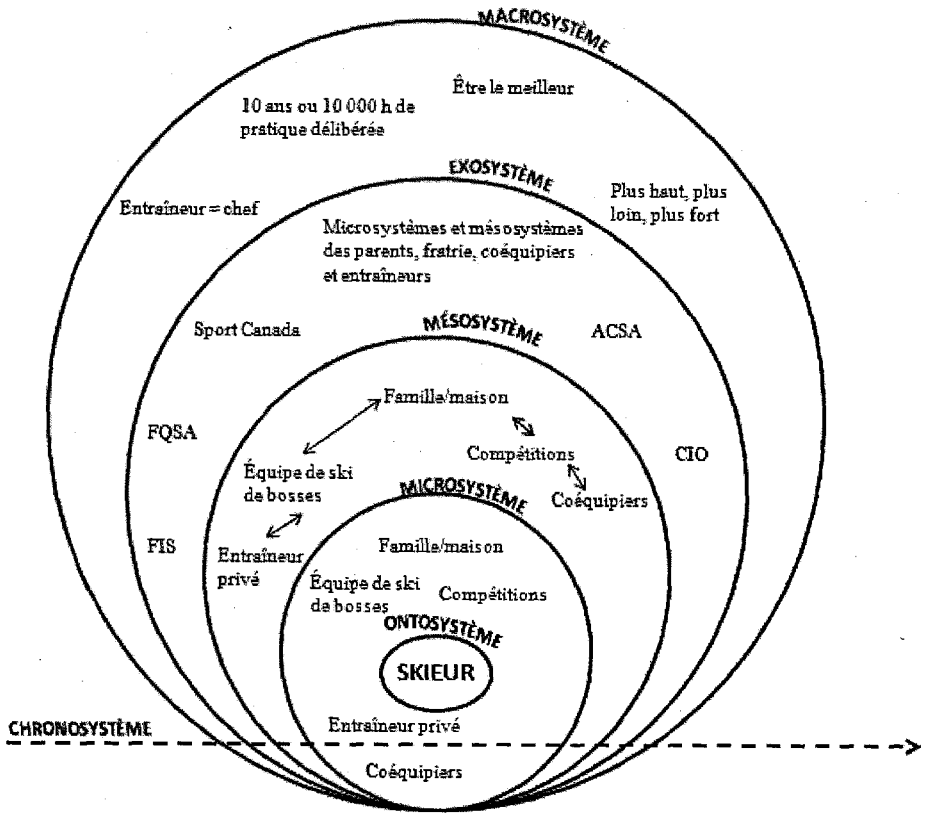


Figure 2.1. Représentation des systèmes écologiques en ski de bosses

Plusieurs systèmes orbitent autour du skieur et peuvent influencer la mise en place et l'exercice des activités privées. En effet, l'**ontosystème** détermine le processus délibéré ou spontané menant à la mise en place des activités privées (processus qui sera étudié dans la troisième partie de la thèse). Le **microsystème** comporte, en particulier, les relations sociales, parties prenantes des activités privées et régulièrement régulatrices de celles-ci. Le **mésosystème** est le lieu d'articulation entre l'institution sportive et les activités privées (notamment au moyen de la mobilisation du discours de l'entraîneur lors de l'activité privée) et le lieu du transfert des habiletés acquises dans l'une et l'autre des situations (les habiletés développées lors des activités privées sont transférées dans les situations institutionnelles).

L'**exosystème** comprend les structures administratives en sport (Fédération québécoise de ski acrobatique (FQSA), Association canadienne de ski acrobatique (ACSA), Fédération internationale de ski (FIS), Comité international olympiques (CIO)) dirigeant le développement à long terme de l'athlète, la périodisation (calendrier des entraînements et des compétitions), les critères de sélection pour les compétitions, les critères de jugement et les protocoles de qualification pour les sauts inversés. Le **macrosystème** est, quant à lui, porteur de l'idéologie de l'excellence (ex. le slogan « Give Your Everything » de l'équipe canadienne pour les Jeux olympiques de Londres 2012). Enfin, le **chronosystème** rend compte des transitions normatives (ex. les stades du Développement à Long Terme de l'Athlète (DLTA), les changements d'équipes sportives et d'entraîneurs et des niveaux de compétition) et des transitions non-normatives (ex. l'évolution technologique, l'introduction des backflips en 2002, etc.). Ces deux catégories de transitions modifient le curriculum d'acquisition d'habiletés menant à l'expertise en ski de bosses.

Le concept de chronosystème soutient une description longitudinale et/ou rétrospective du développement humain. En effet, les transitions écologiques entre les différents systèmes surviennent pour tout changement de l'une des caractéristiques de la situation, soit le rôle, l'activité ou encore le lieu (Bronfenbrenner, 1977). De tels changements affectent le développement de l'individu (Bronfenbrenner, 1977). Ainsi, la forme, l'intensité, le contenu et la direction des processus proximaux, ayant lieu au sein du microsystème, évoluent à la fois selon le développement biopsychologique de la personne et l'environnement, tel que proposé par Bronfenbrenner (1995, p. 620-621) :

> Proposition 1 : Tout particulièrement lors des premières phases du développement, et dans une large mesure tout au long de la vie, le développement humain se produit par des processus d'interaction réciproques de plus en plus complexes entre un organisme vivant actif et

> évoluant biopsychologiquement et les personnes, objets et symboles présents dans son environnement immédiat. Pour être efficace, l'interaction doit se produire sur une base assez régulière au cours de périodes de temps prolongées. De telles formes d'interactions durables dans l'environnement immédiat sont qualifiées de « processus proximaux ». Des exemples de processus proximaux durables sont repérables dans les activités mettant en scène la relation parent-enfant et enfant-enfant, dans les jeux en groupe ou en solitaire, la lecture, l'apprentissage de nouvelles compétences, l'étude, les activités sportives, et l'exécution de tâches complexes [Trad. libre][65].

C'est par ces interactions et activités que l'individu, enfant ou adulte, comprend le monde dans lequel il vit et la place qu'il occupe au sein de celui-ci (Tudge, Mokrova, Hatfield et Karnik, 2009). La deuxième proposition suggère que les processus proximaux varient selon l'individu et le contexte (spatial et temporel) (Bronfenbrenner, 1995; Tudge et al., 2009) :

> *Proposition 2* : La forme, l'intensité, le contenu et la direction du processus proximal affectant le développement varient systématiquement selon les caractéristiques biopsychologiques de l'individu en développement, mais également selon l'environnement, à la fois immédiat et éloigné, au sein duquel le processus prend place, et, enfin, selon la nature des résultats développementaux considérés [Trad. libre].

---

[65] Proposition 1: Especially in its early phases, and to a great extent throughout the life course, human development takes place through processes of progressively more complex reciprocal interaction between an active, evolving biopsychological human organism and the persons, objects, and symbols in its immediate environment. To be effective, the interaction must occur on a fairly regular basis over extended periods of time. Such enduring forms of interaction in the immediate environment are referred to as *proximal processes.* Examples of enduring patterns of proximal process are found in parent-child and child-child activities, group or solitary play, reading, learning new skills, studying, athletic activities, and performing complex tasks. Proposition 2: The form, power, content, and direction of the proximal processes effecting development vary systematically as a joint function of the biopsychological characteristics of the developing person ; of the environment, both immediate and more remote, in which the processes are taking place ; and the nature of the developmental outcomes under consideration

La première partie de la thèse révèle que les entraîneurs et les parents prescrivent et dirigent les activités privées des skieurs de bosses. Nous faisons l'hypothèse que ces interactions (processus proximaux) entre le skieur et son entourage social (microsystèmes) offre une médiation (Bruner, 1983a; Raynal et Rieunier, 1997; Wood, Bruner et Ross, 1976) du choix, de la mise en place et du le déroulement des activités privées.

2.2.1.1.Les processus proximaux d'étayage offre une médiation des activités privées

La présence de tierce personne, c'est-à-dire l'entraîneur, le parent, la fratrie et les coéquipiers, a permis de différencier les activités privées évoquées par les skieurs de bosses en plus d'entraîner un changement – par la considération du parent comme égal à l'entraîneur – dans le paradigme de la pratique délibérée. L'entourage social occupe donc un rôle actif lors des activités privées. Nous faisons l'hypothèse que ce rôle offre une médiation du choix, de la mise en place et du déroulement des activités privées et cette médiation se produit au sein des processus proximaux.

Dans le sens commun, la médiation correspond à « l'ensemble des aides ou des supports qu'une personne peut offrir à une autre personne en vue de lui rendre plus accessible un savoir quelconque (connaissances, habiletés, procédures d'action, solutions, etc.) » (Raynal et Rieunier, 1997, p. 220).

Dans le cadre théorique de Vygotsky, la médiation se produit dans l'activité et se définit ainsi :

> La structure des systèmes cognitifs complexes correspond parfaitement à leur genèse sociale. Il s'agit en effet, selon Vygotski, d'activités médiatisées par des systèmes de signes sociaux et notamment le langage. L'idée fondamentale peut être explicitée par analogie avec l'utilisation d'outils dans le travail. L'action de l'homme sur la nature, le travail, n'est jamais immédiate, mais médiatisée par des objets spécifiques, socialement élaborés, fruits des expériences des générations précédentes et par lesquels, entre autres, se transmettent et s'élargissent les expériences possibles. Les outils se trouvent entre la nature et l'homme qui agit ; ils déterminent son comportement, le guident, affinent et différencient sa perception de la nature. Les activités médiatisées par les outils sont donc formées socialement. Elles ont une origine sociale. L'activité ne se déroule pas entre deux pôles, homme et nature, mais entre trois : homme – outils – nature. (...) La même structure se retrouve – telle est l'idée fondamentale de Vygotski – au niveau du fonctionnement psychique de l'homme. Ce ne sont évidemment pas des outils servant à agir sur la nature extérieure qui assurent le rôle de médiateur, mais des signes, stimuli artificiels créés par l'homme pour contrôler l'activité – son activité ou celle des autres. Diverses formes de signes peuvent assumer une telle fonction : signes mnémotechniques ou œuvres d'art ; schémas, diagrammes ou dessins (Schneuwly et Bronckart, 1985, p. 172-173).

Cette médiation se produit, selon Vygotsky (1933), au sein de la zone proximale de développement (ZPD). La ZPD correspond à ce que l'enfant est capable de résoudre seul, selon son niveau de développement actuel et le développement potentiel qu'il peut atteindre en réussissant à résoudre la tâche avec l'aide des adultes ou de pairs. Le concept de médiation étant un concept dépassant l'enjeu d'étudier l'apport spécifique de l'entourage social dans les activités privées, nous nous intéresserons plus particulièrement au concept d'étayage.

L'étayage comprend l'ensemble des formes d'intervention et d'action, directe ou indirecte, qui permettent de soutenir l'activité de l'enfant au cours d'une tâche circonscrite (Bruner, 1983a). Cette tâche circonscrite pouvant se rapprocher des activités privées menées par les skieurs de bosses experts et prometteurs.

L'action d'étayage repose sur la possession, par l'étayeur, de deux modèles : le modèle de la tâche et le modèle de l'élève (Bruner, 1983a) (Tableau 2.2).

Tableau 2.2. Modèles de la tâche et de l'élève (Bruner)

Modèles	Définitions	Exemples
Modèle de la tâche	Contraintes de l'activité et les moyens pour qu'elle soit réussie	L'entraîneur possède les connaissances techniques pour exécuter un 360°
Modèle de l'élève	Caractéristiques essentielles et qualités de l'enfant dans la tâche	L'entraîneur identifie les habiletés acquises et à développer chez le skieur

Au moyen de ces deux modèles, l'étayeur peut ainsi offrir un étayage, ni trop, ni trop peu au sein de la ZPD (Vygotsky, 1978) : « il ne sert à rien d'apprendre à l'enfant ce que son stade actuel de développement ne lui permet pas d'apprendre. Pour être efficace, l'intervention de l'adulte, du maître, doit se situer à l'intérieur de la ZPD » (Rézeau, 2002, p. 5). Ainsi, il est possible qu'au moyen de la combinaison de ces deux modèles, l'entraîneur, les parents, la fratrie et les coéquipiers aient offert, lors de l'activité privée, un étayage adapté à la ZPD, aux contraintes de la tâche et aux caractéristiques du skieur.

La présence d'étayage au sein du processus proximal peut être anticipée, notamment lorsque le skieur est confronté à un problème. En effet, lorsque l'enfant est novice, il ne connaît pas toujours la solution pour résoudre la tâche qu'il conduit et l'étayeur offre alors de la tutelle pour l'aider à résoudre la situation problématique (Bruner, 1983a). Dès lors, l'individu « spécialiste », c'est-à-dire le tuteur qui connaît la réponse à la tâche et qui reconnaît les caractéristiques du skieur, aide le novice en lui enseignant un savoir-faire lui permettant de dépasser son niveau de résolution initial (Bruner, 1983a; Wood et al., 1976). De cette façon, l'intervention de tutelle « rend le novice capable de résoudre un problème, de mener à bien une tâche ou d'atteindre un but, qui auraient été, sans cette assistance, au-delà de ses possibilités » (Bruner,

1983a, p. 263). Dans son étude, Bruner identifie six conduites du tuteur (Bruner, 1983a, p. 277-279) (Tableau 2.3) :

Tableau 2.3. Les six conduites du tuteur (Bruner, 1983)

Fonction	Description
Enrôlement	*Engage l'intérêt et l'adhésion du « chercheur » envers les exigences de la tâche*
Réduction des degrés de liberté	*Simplifie la tâche par la réduction du nombre d'actes constitutifs requis pour atteindre la solution. Le tuteur qui « soutient » comble les lacunes et laisse le débutant mettre au point les subroutines constitutives auxquelles il peut parvenir*
Maintien de l'orientation	*Maintien l'enfant à la poursuite d'un objectif défini et en faisant que cela vaille la peine que le débutant risque un pas de plus*
Signalisation de caractéristiques déterminantes	*Signale ou souligne par de multiples moyens les caractéristiques de la tâche qui sont pertinentes pour son exécution. Ce signalement procure une information entre ce que l'individu produit et ce que lui-même aurait considéré comme une production correcte*
Contrôle de la frustration	*Moins périlleux ou éprouvant avec un tuteur que sans lui*
Démonstration	*Présente des modèles de solutions pour une tâche. Le tuteur imite sous une forme stylisée un essai de solutions tentées par l'individu dans l'espoir que le débutant va alors l'imiter en retour sous une forme plus appropriée*[66]

La tutelle permet ainsi de développer plus rapidement la compétence du novice sur une tâche particulière (Bruner, 1983a) et elle permet le dépassement du niveau de développement actuel de l'enfant puisqu'elle se situe au sein de la ZPD (Vygotsky, 1978).

Enfin, la tutelle réalisée par le tuteur du novice s'estompe au fur et à mesure que le novice devient plus compétent dans la tâche et que celui-ci arrive à la conduire seul (Wood et al., 1976). La tutelle se produit donc dans un ici et maintenant (tâche

[66] L'imitation par le débutant dépend de la compréhension préalable qu'il a de la place de l'action dans la tâche (Bruner, 1983a).

circonscrite n'étant pas mise en place par l'étayeur) où le tuteur étaye la performance de l'enfant.

La notion de tutelle n'est pas employée par Ericsson bien que la conceptualisation des actions de l'étayeur expert sur le novice présente des similarités avec le cadre de Bruner : le professeur adapte ses médiations afin que celles-ci répondent aux besoins de novices à experts (Ericsson et Charness, 1994) et il dirige explicitement l'attention du pratiquant sur des aspects spécifiques[67] (Ericsson, 1998). De même, le professeur amène l'apprenant à savoir comment se « coacher » lui-même (Ericsson, et al., 2007), c'est-à-dire à conduire et à résoudre la situation par lui-même.

À la différence du tuteur qui, au moyen du modèle de la tâche et de l'élève, étaye la performance de l'enfant dans un ici et maintenant, l'expertise du professeur, dans le cadre théorique de la pratique délibérée, repose sur la possession des savoirs sur l'entraînement optimal (Ericsson et Charness, 1994) et ses étayages s'inscrivent au sein de la progression institutionnelle (Ericsson et al., 1993). Les savoirs du professeur lui permettent donc d'anticiper les demandes de la performance experte (Ericsson, 1998) et de guider explicitement les individus vers les habiletés à améliorer lors de la pratique délibérée (Ericsson, 2009). De cette manière, il peut créer les « bonnes » pratiques délibérées pour l'apprenant en processus d'acquisition de l'expertise (Ericsson et al., 1993). Par la possession de connaissances sur le curriculum d'acquisition d'habiletés d'un domaine donné et par la conception des pratiques délibérées, Ericsson inscrit les étayages du professeur dans une perspective dépassant la tâche circonscrite de Bruner.

---

[67] Similarité avec la catégorie de tutelle : Signalisation de caractéristiques déterminantes.

Enfin, l'étude des circonstances dans lesquelles les skieurs ont agi, c'est-à-dire les paramètres « Qui, Quoi, et Où, au moyen de quelle aide, et par qui : Pourquoi, Comment et Quand » (Robertson, 1946, p. 14) des activités privées, nécessite d'étudier l'ensemble des actions d'étayages offert par l'entourage social. Tout d'abord en identifiant le niveau d'expertise des étayeurs, puis en étudiant la variété d'étayages offerte par ceux-ci. Les résultats inductifs identifiés seront par la suite mis en correspondance avec le cadre théorique de Bruner et d'Ericsson. De plus, nous faisons également l'hypothèse que la nature des étayages présents dans les processus proximaux est intimement liée au développement sportif du skieur, tel que le prévoit le modèle du développement du talent de Bloom (1985a) présenté ci-dessous.

2.2.2. Modèle du développement du talent de Bloom

Contrairement au modèle de la participation sportive de Côté, présenté dans la première partie (section 1.2.3.), le modèle de Bloom (1985a) identifie les conditions de soutien interpersonnel favorisant l'apprentissage et caractérisant les individus talentueux dans un domaine donné. Pour ce faire, Bloom et ses collègues (1985a) ont conduit une étude extensive sur le développement du talent dans les domaines athlétiques/psychomoteurs (natation et tennis), esthétiques/musicaux/artistiques (piano et sculpture) et cognitifs/intellectuels (mathématique et neurologie). Ils ont choisi d'interroger 120 individus qui ont dédié une grande quantité d'heures à leur pratique, et ce, sur plusieurs années, pour développer leur compétence dans un domaine unique. Plus précisément, ils répertorient non seulement le rôle joué par la famille dans la trajectoire du développement du talent, mais aussi les conseils et les instructions octroyés par la famille, les entraîneurs et les coéquipiers.

La nature des habiletés développées, la formation de relations sociales spécifiques avec des individus particuliers et l'acquisition de valeurs propres au cours du temps caractérisent les trois phases (premières années, années intermédiaires et dernières années) traversées par les gens talentueux dans tous les domaines d'expertise.

2.2.2.1. Les premières années

Lors des premières années de participation au domaine d'expertise, les parents participent aux leçons afin de se familiariser avec le domaine (Sosniak, 1985b)[68]. Ceux-ci apprennent les prérequis pour réussir dans le sport et comprennent les attentes du professeur (Sloane, 1985). Par exemple, dans le cas des pianistes, les professeurs enseignent à la mère ce qui doit être fait à la maison, permettant ainsi une extension du professeur pour surveiller (*monitor*) la manière adéquate de pratiquer (Bloom, 1985b). En conséquence, les parents surveillent la quantité et/ou la qualité des pratiques journalières de leur enfant (Sosniak, 1985b). Les parents les aident également à développer des habitudes de pratique, de discipline et d'adoption d'une posture attentive aux détails (Sosniak, 1985b). En effet, les parents constatent que pour avancer dans les niveaux de performance du domaine, la pratique quotidienne est essentielle (Sloane, 1985). Lorsque les parents se sentent suffisamment compétents, ils corrigent les erreurs et prodiguent des conseils sur l'exécution de l'habileté (Sloane, 1985). De plus, les parents se fient également aux événements et/ou aux compétitions pour juger de la progression de leur enfant dans le domaine, comparant la performance de leur enfant à celle des autres enfants de son âge ou de

[68] Bien que les résultats de l'étude (Sosniak, 1985) décrivent l'expérience de musiciens, ces constants reflètent probablement l'expérience des sportifs puisque les parcours vers l'expertise sont similaires, qu'importe le domaine (Bloom, 1985a).

son niveau (Sloane, 1985). Ainsi, ils arrivent à évaluer les progrès de leur enfant et à identifier leurs forces et leurs faiblesses.

Les coéquipiers jouent également un rôle dans le développement du talent (Bloom, 1985b). Par exemple, lors de ces années, les groupes de nageurs ont pour habitude d'organiser des compétitions informelles entre eux et de se donner des conseils techniques.

2.2.2.2. Les années intermédiaires

Lors des années intermédiaires, le professeur tente de stimuler l'activité intellectuelle, le développement des connaissances et l'intérêt pour l'étude (Sosniak, 1985a). Par exemple, au tennis, l'entraîneur souhaite développer les habiletés techniques spécifiques au sport et rendre le mouvement automatisé (Monsaas, 1985). Au piano (Sosniak, 1985b), le professeur détermine la direction du développement des compétences de l'apprenant. Toutefois, l'individu doit prendre un rôle actif dans la résolution de ses problèmes techniques.

Lorsque la performance de leur enfant est perçue comme déficitaire ou si l'enfant éprouve des difficultés, les parents trouvent une aide ou un nouveau professeur pour les résoudre (Bloom, 1985b). Contrairement aux années précédentes, l'aide parentale de supervision lors des pratiques diminue, l'enfant ayant dépassé le niveau d'expertise de ses parents dans le domaine (Sloane, 1985). Cette aide parentale se transforme en soutien émotionnel, financier et temporel (ex. conduire l'enfant à des compétitions, etc.). L'athlète s'entoure donc d'un réseau social soutenant (Kalinowski, 1985). Contrairement à Bloom (Bloom, 1985a) qui caractérise les parents comme des agents d'étayage des pratiques de l'enfant lors des premières

années, Côté (1999) observe que ceux-ci développent un intérêt marqué envers le sport pratiqué par l'enfant, allant jusqu'à s'impliquer à divers degrés, de spectateurs à entraîneur, et ce, même lors des années de spécilisation.

Parallèlement, la fratrie aînée sert de modèle de travail éthique dans la pratique sportive (Côté, 1999).

2.2.2.3. Les dernières années

Lors des dernières années, les parents ne jouent plus un rôle dans la prise de décision du cheminement de leur enfant dans le domaine puisque celui-ci est pris en charge exclusivement par le professeur expert du domaine (Sloane, 1985). Par contre, les parents continuent d'offrir un soutien émotionnel et financier à leur enfant (Sloane, 1985).

Une étude (Côté, 1999) exclusive au milieu sportif ajoute qu'à cette époque de la carrière sportive (années d'investissement), les parents prodiguent toujours des conseils à leur enfant, tout particulièrement en ce qui à trait à l'évolution de la carrière de l'enfant dans le sport.

En somme, le modèle de Bloom permet d'anticiper le rôle important que joue l'entourage dans le développement d'individus ayant atteint un statut d'expert. Qui plus est, les parents, les entraîneurs et les coéquipiers interviennent de manière spécifique dans ce parcours et contribuent directement à l'apprentissage menant au développement de l'expertise et du talent.

2.3. Questions de recherche

La nature et la variation de l'implication de l'entourage social au cours de la carrière sportive, c'est-à-dire l'axe de présence sociale de Côté (Côté et al., 2013, 2014), l'identification des différents systèmes caractérisant le milieu du ski de bosses au Canada, et tout particulièrement au Québec, la présence de processus proximaux entre le skieur et les membres de ses différents microsystèmes suscitent les deux questions de recherche suivantes :

1. Comment l'environnement (ontosystème, microsystème, mésosystème, exosystème et macrosystème, processus proximal) participe-t-il au choix, à la mise en place, au déroulement et à l'apport des activités privées au développement de l'expertise ?
2. Comment la participation de l'environnement varie-t-elle au cours du temps (chronosystème) ?

2.4. Méthode d'analyse

Cette deuxième partie de la thèse a pour enjeu de présenter l'apport des différents systèmes écologiques dans le choix, la mise en place, le déroulement et l'évaluation de la contribution des activités privées dans le développement de l'expertise. Pour ce faire, la structure d'entretien présentée dans la première partie de la thèse est utilisée à nouveau. L'analyse des entretiens s'est déroulée en trois temps :

2.4.1. Réutilisation de la réorganisation thématique présentée dans la première partie de la thèse

Dans un premier temps, nous avons réutilisé la première classification des activités privées selon la réorganisation thématique présentée dans la première partie de la

thèse (section 1.5.2.). Ce premier classement donne accès aux « Qui, Quoi, et Où, au moyen de quelle aide, et par qui : Pourquoi, Comment et Quand » (Robertson, 1946, p. 14) relatifs aux activités privées évoquées par les skieurs de bosses.

2.4.2. Analyse inductive générale des entretiens

Le caractère descriptif-explicatif des questions de recherche de cette deuxième partie de la thèse convient à l'analyse inductive (Blais et Martineau, 2006). Cette méthode d'analyse permet de rendre compte de la contribution perçue des différents systèmes dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées. De plus, son utilisation offre de la rigueur à nos analyse puisqu'elle soutien « le développement d'une intelligence intrapersonnelle qui lui (chercheur qualitatif) est nécessaire pour mieux analyser sa subjectivité, car le chercheur qualitatif est l'instrument de sa recherche » (De Lavergne, 2007, p. 34).

Bien que cet enjeu exploratoire nécessite une méthodologie inductive, cette deuxième partie de la thèse porte sur une question de recherche reposant sur des paramètres précis : comment les systèmes écologiques influencent le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées et comment ceux-ci contribuent au développement de l'expertise et du talent en ski de bosses ?

Ainsi, nous avons choisi la méthode d'analyse inductive générale (Thomas, 2006)[69] puisque cette méthode inductive nous permet de répondre à la question de recherche,

---

[69] Pour plus de détails sur les principes sous-tendant l'analyse inductive générale, veuillez consulter Thomas (2006) en anglais et Blais et Martineau (2006) en français.

et ce, sans que la théorie de Bronfenbrenner ne soit employée de manière déductive[70] sur les matériaux. Plus précisément, cette méthode repose sur :

> Un ensemble de procédures systématiques permettant de traiter des données qualitatives, ces procédures étant essentiellement guidées par les objectifs de recherche. Elle s'appuie sur différentes stratégies utilisant prioritairement la lecture détaillée des données brutes pour faire émerger des catégories à partir des interprétations du chercheur qui s'appuie sur ces données brutes (Blais et Martineau, 2006, p. 3).

Les sections ci-dessous introduisent les quatre premières étapes de l'analyse inductive générale utilisée lors de l'analyse des entretiens (Thomas, 2006, p. 241-242) :

2.4.2.1. Préparation des données brutes

Cette étape consiste à rédiger les entretiens selon une même structure rédactionnelle (ex. police, style, marges, tours de parole, résumé descriptif de l'entretien, etc.). Cette structure rédactionnelle identique des verbatim de tous les skieurs a été faite et présentée dans la première partie de la thèse. Ces documents ont été réutilisés lors de la première étape d'analyse de la deuxième partie de la thèse (section 1.5.2. réutilisation de la réorganisation thématique de la première partie de la thèse).

---

[70] Cette méthode d'analyse déductive a été employée dans la première partie de la thèse par la recherche de correspondance avec les modèles d'Ericsson, Côté et Piaget.

2.4.2.2. Lecture attentive et approfondie des entretiens

Lors de cette étape, une lecture attentive et approfondie de la réorganisation thématique faite à la première étape d'analyse s'effectue jusqu'à la familiarisation avec le contenu et jusqu'à l'obtention d'une vue d'ensemble des thèmes couverts dans les entretiens (Blais et Martineau, 2006). Cette étape a fait émerger les thèmes suivants :

- Les personnes présentes dans les activités privées et ce qu'elles font (médiation) ;
- L'équipe de ski de bosses à laquelle appartient le skieur lorsqu'il réalise son activité privée ;
- La période de l'année où le skieur mène son activité privée ;
- Les artefacts employés lors de l'activité privée ;
- Les moyens de rétroaction sur le déroulement de l'activité privée ;
- La perception des skieurs sur l'apport des activités privées dans le développement de leur expertise.

Certaines sections d'entretien ont été écartées de l'analyse puisque celles-ci ne sont pas directement en lien avec les activités privées et les questions de recherche. À titre d'exemple, un skieur évoque, au cours de son entretien, comment une problématique médicale survenue dans un camp d'entraînement institutionnel a eu pour conséquence une chirurgie.

2.4.2.3. Identification et description des premières catégories

Lors de cette étape, l'analyse thématique faite à l'étape précédente est analysée à nouveau afin de faire un premier découpage de rubriques[71]. Les rubriques correspondent à des étiquettes reposant sur « ce dont il est question dans l'extrait du corpus faisant l'objet de l'analyse, mais ne renseignant en aucune façon sur ce qui a été dit à ce propos » (Paillé et Mucchielli, 2006, p. 13). Ces rubriques divisent la contribution des différents systèmes, permettant ainsi de répondre aux questions de recherche :

- La contribution du skieur dans les activités privées (ontosystème) ;
- La contribution de la temporalité dans les activités privées (chronosystème) ;
- La contribution de l'entourage social dans les activités privées (microsystème et mésosystème) ;
- La contribution des organisations sportives et des organisations gouvernementales dans les activités privées (exosystème et macrosystème).

Afin de rendre compte de la contribution de chaque système dans le développement de l'expertise en ski de bosses, cette troisième étape de l'analyse permet une première réduction des données. Tout d'abord, tous les extraits correspondant aux rubriques sont regroupés sous celles-ci, et ce, pour tous les skieurs. Par exemple, dès qu'un skieur parle de la participation de son parent dans l'activité privée, cet extrait est apposé sous la rubrique du "*Microsystème parental*". Afin d'identifier comment les différents systèmes contribuent au choix, à la mise en place et au déroulement des activités privées, une catégorisation des extraits composant les rubriques est conduite selon les étapes suivantes (Thomas, 2006) :

---

[71] Thomas (2006) emploie le terme de catégorisation générale. Or, cette terminologie n'étant pas assez précise, nous la remplaçons par le concept de rubrique proposée par Paillé et Mucchielli (2006).

a) Étiquettes catégorielles : une étiquette catégorielle, c'est-à-dire la « désignation substantive d'un phénomène apparaissant dans l'extrait du corpus analysé » (Paillé et Mucchielli, 2006, p. 15), est déterminée pour chaque extrait (unité de signification[72]) correspondant à l'une des rubriques. Par exemple, au sein de la rubrique "*Microsystème parental*", nous avons dégagé la catégorie "*Disponibilité des parents* ". Ainsi, les extraits portant sur l'étayage parental sont regroupés ensemble.

b) Description de la sous-catégorie : à cette étape, la définition de la sous-catégorie inclut les caractéristiques clés, le but et les limites de ce qui est compris dans la sous-catégorie. L'établissement de sous-catégories permet un raffinement des catégories (Blais et Martineau, 2006 ; Thomas, 2006). Par exemple, la sous-catégorie "*Disponibilité des parents - Création d'artefacts* " indique que les parents créent des artefacts. Bien que les parents créent des artefacts précis, telles des vidéos ou des photos, la sous-catégorie ne comprend pas ces informations qui dépassent la limite catégorielle.

c) Relation entre les catégories et sous-catégories : À cette étape, les relations possibles (hiérarchique, parallèle, subordonnée, etc.) entre les différentes catégories et sous-catégories sont identifiées. Ces relations reposent soit sur un sens commun partagé, soit sur leur relation causale. Par exemple, la sous-catégorie "*Disponibilité des parents - Création d'artefacts* " possède une relation causale avec la catégorie "*Avancements technologiques* "[73] (rubrique du chronosystème). Étant donné ces relations causales, cette rubrique correspond à la contribution du microsystème parental dans le choix des

---

[72] « Une unité de signification est une phrase ou un ensemble de phrases liés à une même idée, un même sujet ou si l'on veut, à un même thème » (Paillé et Mucchielli, 2006, p. 169).

[73] Les avancées technologiques permettent aux parents de créer aisément des artefacts vidéo, au moyen de leur cellulaire/mobile, sur les pentes de ski.

activités privées puisque les avancées technologiques et la disponibilité parentale permet la création d'artefacts.

d) Extrait associé à la sous-catégorie : À cette étape, l'extrait le plus représentatif de la catégorie est sélectionné pour illustrer la sous-catégorie. Par exemple, pour la sous-catégorie "*Étayage parental - Création d'artefacts* " l'extrait serait : « *Mes parents ils voulaient être sûr qu'ils (entraîneurs) filment. Mon père il filmait tout le temps les compétitions (avec la caméra de l'équipe) (ÉQ16H, 164)* ».

2.4.2.4. Chevauchement dans la codification et extraits non-codifiés

Au cours de la codification menée lors de l'étape précédente, des segments d'entretien peuvent appartenir à plus d'une catégorie. Par exemple, la participation du parent dans l'acquisition de l'expertise fluctue au cours du temps et, ce faisant, la "*Disponibilité parentale – Création d'artefact* " peut être catégorisée sous l'exosystème (technologie à la disposition des parents), le microsystème (parent qui filme) et le chronosystème (les parents sont disponibles pour filmer à ce moment-là de la carrière de leur enfant). L'assignation à une rubrique relève du jugement du codifieur qui cherche à refléter le plus fidèlement la contribution perçue, par les skieurs, des différents systèmes dans le développement de leur expertise en ski de bosses.

L'exemple ci-dessous (Figure 2.2) illustre comment l'analyse inductive générale permet de faire émerger une première rubrique d'analyse correspondant à la contribution du microsystème parental dans les activités privées. Dans l'exemple ci-dessous, le premier niveau catégoriel comprends trois catégories : 1) la contribution des parents dans le choix des activités privées ; 2) dans la mise en place des activités

privées ; 3) dans le déroulement des activités privées. Par la suite, ces catégories sont divisées en sous-catégories telles qu'illustrées dans le schéma ci-dessous (Figure 2.2).

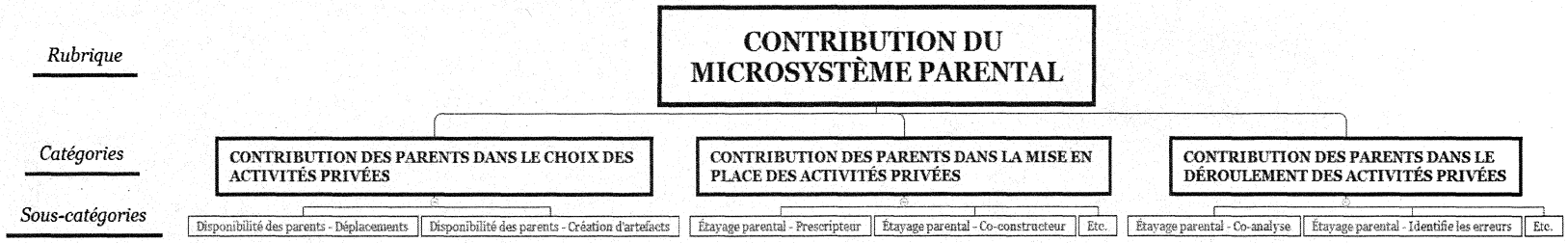


Figure 2.2. Exemple de l'arborescence catégorielle de notre analyse inductive générale

2.4.3. Modèle interprétatif

L'analyse inductive générale (Thomas, 2006) des entretiens permet la création d'une interprétation de l'apport des systèmes écologiques dans le développement de l'expertise en ski de bosses. En effet, la catégorisation permet « d'aller au-delà du simple relevé de contenu pour toucher à la théorisation même des phénomènes » (Paillé et Mucchielli, 2006, p. 15), c'est-à-dire en créant un modèle et/ou une théorie pouvant, ou non, s'insérer et/ou modifier des modèles et/ou théories préexistantes. Dans le cadre de la thèse, la catégorie "*Disponibilité parentale – Création d'artefacts*" permet de préciser la contribution des systèmes écologiques – dans ce cas-ci le microsystème des parents et l'exosystème des institutions sportives – dans l'acquisition de l'expertise en ski de bosses. En conséquence, ce résultat enrichit la littérature scientifique sur l'acquisition de l'expertise en sport. En somme, la création de ce modèle interprétatif s'appuie sur des généralisations (Blais et Martineau, 2006) construites à partir des faits spécifiques évoqués par les skieurs.

2.4.4. Validité des analyses

La validité de notre analyse repose sur la capacité de notre analyse inductive générale à rendre compte de la contribution, perçue par les skieurs, des systèmes dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées. Elle repose également sur nos catégorisations qui permettent de décrire « un phénomène (développement de l'expertise) d'un certain point de vue (skieurs de bosses), dans la mesure où elle donne une définition (ex. les catégories d'étayages des microsystèmes), elle a les propriétés synthétique, dénominative et explicative d'un concept » (Paillé et Mucchielli, 2006, p. 236) expliquant comment les systèmes contribuent au développement de l'expertise en ski de bosses.

2.5. Résultats

Cette partie présente une étude exploratoire de la contribution des systèmes écologiques dans les activités privées favorisant le développement de l'expertise et du talent en ski de bosses. La présentation des résultats comporte quatre sections. La première section décrit le microsystème familial des skieurs, à leurs débuts, afin d'immerger le lecteur dans la culture sportive spécifique du ski de bosses. Dans une deuxième section, les résultats précisent la contribution de chaque système au choix des activités privées selon la disponibilité (ou non) des ressources artefactuelles et sociales et selon une trame chronologique afin d'éclairer le processus menant à ce choix. La troisième section s'attache, pour sa part, à décrire la contribution des microsystèmes au-delà du choix, c'est-à-dire dans la mise en place et le déroulement des activités privées. La quatrième section présente la contribution de l'ontosystème dans la mise en place et le déroulement des activités privées. La majorité des résultats sont illustrées par des extraits de verbatim permettant au lecteur « de ressentir des émotions (...) et d'amener de la vie dans la recherche et de rendre la recherche vivante » [Trad. libre][74] (Ellis, 1998, p. 4). Même sans le contexte complet de l'extrait de verbatim, nous espérons que ceux-ci vont toucher le lecteur sur leur expérience de pratiquant de ski de bosses et que le lecteur « sentira une partie du pouvoir évocateur, de l'incorporation et de la compréhension de la vie qui se présente dans les détails concrets du (...) discours » [Trad. libre][75] (Ellis, 1998, p. 9).

---

[74] Let the audience feel the emotion (...) bring life to the research. Bring research to life.

[75] Sense some of the evocative power, embodiement and understanding of life that comes throught the concrete details of (...) narrative.

2.5.1. Le microsystème familial est à l'origine de la pratique du ski de bosses

Le ski de bosses se pratique en famille. Plus encore, les fratries y sont fréquentes. Par exemple, deux des trois sœurs de la famille Dufour-Lapointe ont atteint le podium (médailles d'or et d'argent) lors des Jeux olympiques de Sotchi 2014. L'existence de telles fratries annonce l'influence du microsystème familial dans la pratique du ski de bosses. En conséquence, cette section présente les apports du microsystème familial dans l'inscription du skieur dans une équipe de ski de bosses.

2.5.1.1. Les débuts en ski alpin s'accordent avec une pratique antérieure de la famille

Le microsystème familial est à l'origine de la pratique du ski alpin et du ski de bosses pour les skieurs étudiés. En effet, tous les skieurs, à l'exception d'ÉNC7H, appartiennent à une famille dont au moins un parent pratique le ski alpin. Deux skieurs de bosses ont pratiqué le ski alpin plutôt que le hockey, leurs parents souhaitant que toute la famille pratique le même sport.

Les parents (plus fréquemment le père) de dix d'entre eux ont appris à skier à leur enfant. Une skieuse a bénéficié de l'enseignement d'enfants légèrement plus âgés qu'elle. Les six autres ont appris à skier en suivant des cours avec des moniteurs. Deux d'entre eux ont amélioré leurs techniques de ski, au moyen de cours dispensés par des moniteurs. Trois skieurs ont suivi un cours de « pré-compétition » qui combinait une introduction au slalom et une introduction au ski de bosses.

2.5.1.2. Les débuts en ski de bosses sont encouragés dans la famille

En premier lieu, cette discipline sportive est pratiquée par plusieurs membres de la famille. Ainsi, treize skieurs appartiennent à une fratrie de skieurs de bosses (excepté ÉQ11H, ÉQ14H, ÉQ16H, ÉQ17F), et deux couples de frère et sœur participent à notre recherche. De plus, la présence de la fratrie et d'un cousin dans une équipe incite deux skieurs à adhérer à une équipe de ski de bosses régionale. En deuxième lieu, avant d'intégrer leur équipe régionale, sept skieurs ont participé à une journée « Portes Ouvertes » afin de s'initier au programme de l'équipe de ski de bosses de leur montagne d'appartenance. Trois d'entre eux l'ont fait à la suite d'une suggestion paternelle. Quatorze skieurs se sont inscrits dans le groupe compétitif dès leur entrée dans l'équipe (entraînement de deux jours par fin de semaine et compétitions) tandis que trois ont débuté dans l'équipe « pré-compétition » (un jour par fin de semaine et compétitions facultatives). Enfin, des parents d'un skieur souhaitaient un encadrement sécuritaire pour leur fils.

Le microsystème familial encourage donc l'attrait du skieur pour le ski de bosses et son inscription dans une équipe. Cette contribution du microsystème familial à la genèse de l'expertise en bosses se retrouve dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées, comme nous allons maintenant le constater.

2.5.2. Les systèmes contribuent au choix des activités privées

Dans cette partie, nous allons constater que le choix des activités privées et la possibilité de les mettre en œuvre sont relatifs : 1) à la disponibilité des ressources artefactuelles et sociales ; 2) à l'époque dans la carrière du skieur.

2.5.2.1. Les activités privées sont tributaires des ressources artefactuelles et sociales disponibles

Pour choisir et mettre en place leurs activités privées, les skieurs considèrent les artefacts et les personnes accessibles et disponibles dans leur environnement physique et social, et ce, dans un espace/temps précis. En effet, l'analyse révèle que les ressources artefactuelles et sociales ayant une incidence sur la sélection et la mise en place des activités privées sont relatives : a) au lieu d'habitation (résidence principale et secondaire) ; b) à l'accès aux technologies, en particulier la vidéo ; c) à la disponibilité de l'entourage social.

2.5.2.1.1. L'accès aux ressources artefactuelles varie selon le lieu de résidence du skieur

Les skieurs de bosses se saisissent de différents artefacts disponibles dans leur environnement pour réaliser leurs activités privées, c'est-à-dire la neige, les rampes d'eau, le trampoline, la vidéo (de l'entraîneur, des parents, d'un site Web), des crayons et de bonhommes, selon les ressources disponibles dans les microsystèmes d'appartenance. En effet, cette disponibilité favorise ou contraint les activités privées possibles. Les skieurs de l'échantillon proviennent de la ville de Montréal (n = 2), de ses banlieues sud et nord, (n = 9), de la ville de Québec (n = 4) et de la région des Laurentides (n = 2). Ainsi, six skieurs proviennent de villes de plus de 500 000 habitants. Quatre d'entre eux possèdent ou louent un chalet en bordure des pistes de ski ou non loin de celles-ci, tout comme 11 autres skieurs. Ainsi, ces skieurs bénéficient de plus d'un espace pour réaliser des activités privées. Les possibilités d'autres skieurs sont réduites, tel le skieur ÉNC7H qui réside en milieu urbain sans accès à une cour arrière. Ses possibilités de sauts sur la neige et de trampoline étant limitées, ce skieur a mené peu d'activités privées motrices.

Par ailleurs, le fait d'habiter loin des autres membres de l'ÉQ et/ou de l'ÉN et des entraîneurs requiert de s'entraîner seul avec, pour conséquence, la mise en œuvre de pratiques spontanées au détriment des pratiques délibérées :

> Souvent, j'y vais beaucoup avec les sauteurs, vu que je suis à Québec, moi, pis pour les sauteurs, on s'entraîne beaucoup à Québec. J'essaie de m'ajuster un peu avec leur horaire. Comme à matin, je suis allé faire un entraînement à matin qui n'était pas vraiment prévu, puis...Tsé, j'y vais, comment je me sens puis c'est quoi leur disponibilité à eux-autres aussi. Avec Thor à Québec, c'est vraiment le fun pour moi. Fait que maintenant je fais plus d'affaires comme ça que de vraiment juste me fier à, au plan d'équipe (ÉNA4H, 424).

En somme, la localisation géographique (urbaine/rurale) de la résidence principale et de la résidence secondaire, l'accessibilité à un terrain suffisamment vaste pour installer un trampoline, une piscine (tremplin) et un espace pour construire un saut, influent sur les activités privées possibles. La proximité géographique du skieur avec d'autres membres de son équipe contraint également la catégorie des activités privées possibles.

2.5.2.1.2. Les avancées technologiques audiovisuelles et les investissements gouvernementaux créent de nouvelles opportunités d'activités privées réflexives

Les skieurs mènent des activités privées réflexives au moyen de vidéos. La disponibilité de ces artefacts repose sur trois systèmes écologiques : le chronosystème, l'exosystème et le macrosystème[76].

---

[76] La section portant sur l'étayage du parent, de l'entraîneur et des coéquipiers montrera que ces activités privées dépendent également du microsystème.

En effet, tous les skieurs de l'échantillon, excepté ÉQ14H et ÉQ17F (les plus jeunes des participants), ont débuté leurs activités privées de visionnement de vidéos par le Video home system (VHS) « le boss des bosses »[77]. À leurs débuts sur les équipes régionales, la majorité des équipes ne disposaient pas de caméra vidéo : « *On n'avait pas de caméra nécessairement avec l'équipe régionale (ÉNB6H, 154)* ». Au début des années 2000[78], les caméras vidéo possédant un disque dur et/ou une cassette font leur entrée dans les équipes régionales et à la maison. Le skieur ÉNA2H évoque le déroulement de cette pratique : « *À ce moment-là, c'était VHS où tu pouvais le lier à la caméra. La caméra sur la télé. On s'arrangeait avec la technologie qu'on avait à ce moment-là (358)* ». L'arrivée de la Go Pro® en 2002, des caméras de poche Flip® en 2006[79] et du premier Iphone® en 2007 facilite l'accès à des bandes vidéos à même les pistes de ski. Ainsi, au cours des années, les skieurs accèdent de plus en plus aisément à des artefacts numériques leur permettant de réaliser leurs activités privées réflexives, et ce, de manière plus économique :

> Mettons comme ça des VHS, c'est trop compliqué pour moi, là. Pas que c'était trop compliqué, mais c'était du trouble, alors que ça c'est super simple. Vu que c'est numérique, c'est super facile pis tout le monde peut le faire facilement en deux secondes. Pas besoin de te lever, prendre une cassette, et une télécommande. Là t'es sur ton ordi tu fais play c'est, fait (ÉNC7H, 647).

Par ailleurs, l'injection de moyens financiers dans les institutions sportives - c'est-à-dire par l'exosystème, mais sous l'influence du macrosystème (valorisation des

---

[77] Ce VHS présente le quotidien de Jean-Luc Brassard, premier champion olympique canadien (1994) dans la discipline du ski de bosses. Ce VHS contient des segments d'entraînements sur le trampoline, dans les bosses, de sauts sur la neige et de sauts dans un ravin d'eau.

[78] Video home system. (s.d.) dans wikipédia. Recupéré le 21 février 2017 de https://fr.wikipedia.org/wiki/Video_Home_System.

[79] Flip video (s.d.) dans *wikipédia*. Recupéré le 21 février 2017 de https://en.wikipedia.org/wiki/Flip_Video.

performances sportives) - soutient le développement des usages de l'audiovisuel. En effet, la création du programme gouvernemental « *À Nous le Podium* », en 2004, procure à l'ACSA des moyens financiers lui permettant d'acquérir des artefacts technologiques de pointe : « *Il y a beaucoup de vidéos, c'est sûr que les dernières années-là, l'équipe nationale a eu beaucoup de budget côté technologique* » *(ÉNA2H, 308).* En conséquence, les entraîneurs filment les descentes, les sauts, les entraînements et les compétitions des skieurs. Par la suite, ils leur offrent l'opportunité de récupérer ces vidéos pour réaliser des activités privées réflexives de visionnement de vidéos de soi dans l'équipe nationale.

En bref, l'évolution technologique (chronosystème) a multiplié les possibilités de création de vidéos sur les équipes de ski de bosses (microsystèmes) tandis que le programme « *À Nous le Podium* » (exosystème et macrosystème) a permis à l'équipe nationale (microsystème) d'acquérir divers moyens, à la fine pointe de la technologie, permettant la prise de vidéos en institution, créant des opportunités d'activités privées réflexives.

2.5.2.1.3. La FIS restreint la diffusion des vidéos de la Coupe du monde sur le site Web skidebosses.com

En 2007, la Fédération internationale de ski (FIS) a exigé de la Fédération française de ski (FFS) un arrêt de toute diffusion de vidéos de la Coupe du monde sur son site Web skidebosses.com. La fermeture de ce site oblige désormais les skieurs à recourir à de nouveaux artefacts vidéo. Par exemple, ÉNC10F visionne la transmission en direct (streaming) des Coupes du monde de ski de bosses et des vidéos de modèles d'exécution sur You Tube®. Ces deux dernières plateformes comportent pourtant des désavantages, en particulier une interruption du visionnement, une perte de temps et une indisposition émotionnelle à l'analyse comparativement à skidebosses.com :

> Des fois, ils ont (live streaming), mais ça lague (gel de l'image et du son) tout le temps, je peux pas analyser ça, pis en plus habituellement chus tout le temps, je suis full stressée, je l'analyse pas, ils l'ont des fois mais ça bogue tout le temps, j'me souviens même pas d'en avoir vu une qui a pas boguée (Diffusion simultanée, 576). Quand tu vas sur You tube, on dirait qu'ils te sortent tout le temps plein de cochonneries tout le temps, c'est ben trop long, je le fais encore des fois, si je veux regarder quelque chose en particulier (You Tube, 147).

2.5.2.1.4. Trois types de ressources sociales sont disponibles pour les skieurs

La majorité des activités privées évoquées par les skieurs requiert la disponibilité de leur entourage social et, plus particulièrement, de leurs parents. En effet, les activités privées de ski libre, de rampe d'eau et de trampoline dans un centre d'entraînement se déroulent sur des lieux peu accessibles en transport en commun et requièrent un transport en voiture[80]. En contrepartie, les activités privées réflexives et les activités privées de sauts sur la neige et de trampoline dans la cour arrière de la maison sont directement accessibles, bien que les parents de la fratrie ÉNC9F et ÉQ15 aient refusé d'acheter un trampoline. La réalisation d'activités privées de visionnement de vidéos mobilise également les parents (n = 12, dont les cinq meilleurs skieurs) et les entraîneurs (n= 1), ne serait-ce que pour créer l'artefact (section 2.5.2.1). En effet, le skieur (ÉNB6H) rapporte avoir demandé à ses entraîneurs de l'ÉR de le filmer : « S*ur le club du Mont4, je m'étais acheté une petite caméra numérique (148). Je la donnais au coach du Mont4 « Filme-moi, je veux ça » (150) »* et le skieur ÉNA1H évoque la création d'artefacts vidéo, par sa mère, lorsqu'il était sur l'ÉR : « *Ma mère, elle faisait des vidéos tout le temps d'mes compétitions, ou elle venait faire des vidéos de temps en temps quand j'étais, vers la fin des entraînements (113) »*. En revanche,

---

[80] L'âge minimal d'obtention du permis de conduire au Québec est fixé à 16 ans et la conduite accompagnée par un adulte est obligatoire pendant les deux années suivantes.

faute de capture vidéo par ses parents, ÉNC10F n'a pu réaliser d'activités privées de visionnement de vidéos d'elle-même sur l'ÉR.

Les coéquipiers offrent une seconde ressource sociale aux skieurs. En effet, bien que le ski de bosses soit un sport individuel, les skieurs s'entraînent en groupe, c'est-à-dire au sein d'une « réunion d'individus ayant entre eux des rapports qui assignent à chacun son rôle ou sa place dans l'ensemble » (Wallon, 1959, p. 289). Le skieur ÉNC7H illustre cette dichotomie individu/collectif et les rôles dans le groupe par l'ouverture à l'entraide d'un de ses coéquipiers et la fermeture d'un autre :

> On a beau être dans un sport individualiste, on s'aide de temps en temps. Surtout dans les sauts, surtout en rampe d'eau parce qu'on est là à la journée longue (...) des fois je suis comme « J'ai de la misère aujourd'hui avec tel saut ». Et là un gars qui est meilleur, mettons, ou qui a une meilleure technique pour ce saut-là va dire « Ben tsé, essaye de faire ça de même, là ». Faque on s'aide (294). ÉNA1H, je ne me verrais pas aller lui parler. Ce gars-là, pas vraiment. Mettons ÉNA3H, c'est tout le contraire. Ce gars-là, c'est comme un ange. N'importe qui peut aller lui demander n'importe quoi, il est super gentil, il va t'aider. Tsé, il n'y a pas de problème. Lui, il y a zéro, zéro problème. Les autres gars dans l'équipe, la plupart du temps, ils vont te répondre et vont être supers gentils (326).

Cette expérience, relatée par un skieur dans l'équipe nationale, est également observée dans l'équipe du Québec et l'équipe régionale. En effet, 11 skieurs évoluent avec d'autres skieurs de notre étude, à une même époque, au sein d'une même équipe régionale et/ou ils participent à des compétitions de même niveau. De plus, ceux-ci accèdent, au même moment, à l'équipe du Québec. Incidemment, ces skieurs

évoquent la réalisation d'activités privées avec ces skieurs, formant ainsi cinq « cohortes[81] » (Tableau 2.4).

Tableau 2.4. Cohortes de skieurs

Cohorte 1	ÉNA1H, ÉNA2H
Cohorte 2	ÉNB5H, ÉNC8H, ÉNC9F
Cohorte 3	ÉNA3H, ÉNC10F, ÉQ15H[82]
Cohorte 4	ÉQ13F, ÉQ15H
Cohorte 5	ÉQ12F, ÉQ17F

Les skieurs s'identifient à leur cohorte et forment un groupe, au sens de Wallon (1959) parce qu'ils présentent les mêmes intérêts et aspirations. En effet, la cohorte influe sur l'activité privée menée par les skieurs de bosses : ÉQ15H et ÉNC10F découvrent le site skidebosses.com grâce à ÉNA3H : « *C'était des maniaques. Les vidéos sur le ski de bosse, c'est eux (ÉNA3H et Bruce) qui m'ont montré ça (ÉQ15H, 414)* » ; ÉQ15H attribue à ÉNA3H son utilisation d'un crayon pour produire une représentation matérialisée d'un skieur ("Pratique spontanée réflexive – Artefact") : « *Juste l'affaire du crayon... c'est ces deux-là qui ont commencé à faire ça. Pis moi j'ai commencé à faire ça. Tout leur mode, j'ai commencé à suivre ça (414)* » ; ÉNA1H a fait son premier backflip sur la neige ("Autres – Mixte") en compagnie d'ÉNA2H.

---

[81] Dans le Larousse signifie : groupe de personnes (familier) et ensemble des individus considérés ensemble sur le plan démographique. Cohorte. (s.d.) dans *dictionnaire Larousse en ligne*. Récupéré de http://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/cohorte/17021. En France, l'équivalent du terme cohorte est promotion, qui signifie : admission simultanée de candidats dans une grande école; ensemble des candidats entrés la même année dans certaines grandes écoles. Promotion (s.d.) *Centre National de Ressource Textuelles et Lexicales*. Récupéré le 18-06-2017 de http://www.cnrtl.fr/definition/promotion/substantif.

[82] Seul le skieur ÉQ15H est membre de deux cohortes, la troisième lors de l'ÉR et la quatrième lors de l'ÉQ.

De plus, la présence de ces cohortes de skieurs et l'ouverture à l'entraide ont une incidence, comme cela sera présenté dans la section 2.5.3.5, sur la présence d'activités privées en présence des coéquipiers, et ce, principalement lors des jeux délibérés. Par ailleurs, la présence de ces cohortes offre l'opportunité aux skieurs de mener des activités privées ensemble, à l'extérieur de l'institution, et ainsi d'auto-organiser la manière dont ils veulent améliorer leurs habiletés et ainsi favoriser le développement de leur expertise :

> Travailler une fin de semaine d'entraînement juste à aller plus vite, y'a tellement de fois où tu vas arrêter, c'est frustrant, quand tu le fais en plus pis que c'est pas une journée d'entraînement pis que t'es là juste pour, tsé tu serais même pas supposé être là, ben ça me dérange pas de sortir du « course » à toutes les runs si y faut, tandis que quand c'est une journée d'entraînement pour vrai, ben on dirait que c'est plus dur et chiant, que quand tu le fais juste pour toi (ÉNC10F, 422).

Les entraîneurs, troisième ressource sociale pour les skieurs, peuvent favoriser comme entraver leurs activités privées. En effet, certains skieurs obtiennent difficilement les vidéos de leur performance avec, pour incidence, la mise en péril de leurs activités privées réflexives de visionnement :

> Rendu à ce niveau-là, on faisait du vidéo, comme on faisait du vidéo après les compétitions, mais c'était dur d'avoir nos vidéos, ah ouais on va vous les donner, y nous les donne jamais, faque c'était dur d'avoir nos vidéos, mais une fois que j'ai eu mes vidéos, c'est sûr je les ai regardées (ÉNC10F, 221).

Cette obstruction s'avère nuisible au développement de l'expertise, puisque l'obtention d'artefacts vidéo filmés par les entraîneurs permet la mise en place des activités privées réflexives : « *Quand tu es capable de mettre la main là-dessus c'est, ça vaut de l'or (ÉNB6H, 560)* ».

En somme, la disponibilité et la collaboration de l'entourage social de l'athlète (parents, coéquipiers, entraîneurs) procurent au skieur un soutien matériel qu'il s'agisse d'un accès à des artefacts (vidéos) ou encore de déplacements en voiture. Ces ressources matérielles et sociales sont requises plus particulièrement pour mener des pratiques délibérées (motrices ou réflexives) et des jeux délibérés.

2.5.2.2. Les activités privées sont subordonnées à la spatialité et à la temporalité

Les activités privées s'inscrivent dans des espaces spatio-temporels spécifiques, c'est-à-dire dans un chronosystème. Le chronosystème prend, en premier lieu, une forme normative par la traversée des stades développementaux en sport, par les structures d'encadrement des différentes équipes de bosses, par la périodicité saisonnière ou encore par le calendrier des compétitions et des entraînements. Le chronosystème prend, en second lieu, une forme évènementielle, en particulier par la survenue de blessures chez l'athlète.

2.5.2.2.1. Des stades développementaux sont prescrits par le programme du « Développement à Long Terme de l'Athlète » (DLTA)

Depuis 2005, les centres canadiens multisports (Balyi, Cardinal, Higgs, Norris et Way, 2005), financés par Sport Canada, proposent le programme « Développement à Long Terme de l'Athlète » (DLTA) qui vise l'atteinte d'une performance athlétique de haut niveau et/ou le maintien de l'activité physique comme saine habitude de vie. Les entraîneurs sont encouragés à suivre ce programme.

Ce programme d'entraînement, de compétition et de récupération est fondé sur les différents stades de développement (puberté) et non sur l'âge chronologique d'un individu. Ce programme tient compte du développement physique, mental, émotionnel et cognitif des enfants et des adolescents. Chaque stade, au nombre de sept (Tableau 2.5), retrace le cheminement clair du participant selon des objectifs spécifiques pour éventuellement devenir un champion et maintenir une vie physique active.

Tableau 2.5. Les stades du DLTA[83]

Stade	Âge	Objectifs du stade
Enfant actif	0-6 ans	Apprendre les mouvements fondamentaux par le jeu.
S'amuser grâce au sport	♂ : 6-9 ans ♀ : 6-8 ans	Apprendre tous les fondements du mouvement et le développement des déterminants de la condition motrice générale.
Apprendre à s'entraîner	♂ : 9-12 ans ♀ : 8-11 ans	Apprendre un répertoire d'habiletés sportives de base liées à la discipline sportive choisie.
S'entraîner à s'entraîner	♂ : 12-16 ans ♀ : 11-15 ans	Développer des qualités physiques fondamentales et développer/consolider des habiletés spécifiques au sport. Développer le désir de gagner lors des compétitions et d'y appliquer les apprentissages réalisés lors des entraînements.
S'entraîner à la compétition	♂ : 16 ans et + ♀ : 15 ans et +	Acquérir des qualités physiques fondamentales, et ce, de façon optimale, en plus d'apprendre l'art d'être performant en compétition.
S'entraîner à gagner	♂ : 19 ans et + ♀ : 18 ans et +	Atteindre le podium. Durant ce stade, les facteurs de performance physique, tactique et psychologique sont développés.
Vie active[84]	0-100 ans	Maintenir l'activité physique lors de la période post-compétitions et/ou avoir une vie active physiquement.

Les prescriptions du DLTA influencent le programme d'acquisition d'habiletés en milieu institutionnel (équipe de ski de bosses) tout en créant des attentes

---

[83] Pour connaître le détail des objectifs du DLTA, veuillez consulter le lien suivant : http://canadiansportforlife.ca/fr/learn-about-canadian-sport-life/ltad-stages.

[84] Bien que la vie active concerne la totalité de l'existence, les auteurs du DLTA l'inscrivent comme un stade.

comportementales (ex. désir de gagner) et de performance (ex. atteindre le podium) chez l'athlète. Cette gradation se traduit, chez les skieurs de cette recherche, par deux faits : 1) la mise en place d'activités privées spécifiques pour atteindre le prochain niveau de performance, c'est-à-dire la prochaine équipe (ÉR vers ÉQ ou ÉQ vers ÉN) ; 2) un changement d'attitude entre deux pôles, celui du plaisir vers celui du sérieux et de l'effort. Ce changement d'attitude est surtout perceptible lors des activités privées de conditionnement physique.

2.5.2.2.1.1. La transition d'une équipe de ski de bosses à l'autre est l'occasion de mettre en place de nouvelles activités privées

Quatre skieurs (ÉNA1H, ÉNB5H, ÉNC10F, ÉQ12F) recherchent des pratiques délibérées pour répondre aux demandes, aux exigences et aux enjeux des époques charnières. Ainsi, l'ascension vers l'ÉQ a mené ÉNB5H à mettre en place des activités privées : « *J'ai voulu en faire plus. La seule fois où j'en ai fait plus, c'est l'année avant que je monte sur l'EQ, que là je prenais des cours de trampoline d'extra (420)* ».

2.5.2.2.1.2. Les skieurs acquièrent à l'adolescence une nouvelle attitude face à l'activité sportive

La fin de l'adolescence coïncide pour les skieurs avec le développement d'une nouvelle approche psychologique ou attitude (Allport, 1935) envers l'activité sportive. Les skieurs verbalisent deux types de théories personnelles : le gain de maturité d'une part et la prise de conscience des habiletés critiques à la performance d'autre part.

1) le gain de maturité (n = 2 ; ÉNA4H, ÉNB5H)

ÉNB5H évoque son changement d'attitude comme une décision consciente provenant d'un gain de maturité. Ce gain de maturité à l'adolescence se traduit par une attitude de concentration et de sérieux dans sa pratique sportive (« je me concentre là »). Il acquiert un sentiment d'efficacité personnelle en établissant une relation entre sa concentration et les résultats obtenus :

> C'est vraiment plus tard, comme sur l'ÉQ peut-être, ma dernière année c'est là que j'ai commencé à me concentrer mais comme, j'étais pendant 4 ans, pis les 3 premières années je me concentrais pas vraiment sur ces affaires-là (266). Je pense que c'est juste que j'ai vieilli. Je deviens de plus en plus mature, puis je prenais ça de plus en plus au sérieux. Tsé mes premières années sur l'ÉQ j'avais 15-16-17 ans, c'était dans l'adolescence là. Faque tu ne prends pas toujours tout tout au sérieux. Pis là en ben en vieillissant, j'ai décidé de le prendre plus au sérieux, sans nécessairement. Pas prendre ça plus au sérieux, mais plus me concentrer là, m'appliquer un peu plus là. C'est ça qui m'a aidé (268). La décision est surtout venue de moi de, de, il y a une année je me suis dit, « je me concentre là ». Les deux dernières années en fait. Les deux premières années c'était, je me concentrais moins. J'étais plus là pour le fun. Pis mes deux dernières années, je me suis. Les deux premières années, les résultats n'étaient pas excellents. Ce n'était pas mauvais, mais c'était pas vraiment comme je voulais. Faque j'étais tanné, faque j'ai décidé d'être, à partir de maintenant je vais vraiment me concentrer. À partir de la 2e, 3e, 4e, saison. Pis là les résultats sont venus plus (ÉNB5H, 270).

2) la prise de conscience des habiletés critiques à la performance (n = 2 ; ÉNC8H, ÉQ15H)

ÉNC8H évoque, lui aussi, un changement d'attitude en précisant les habiletés critiques à la performance selon les âges : le talent et l'intensité du ski jusqu'à 15-16 ans puis l'intensité de la préparation physique constitue une petite différence qui compte désormais :

> C'est ça le plan, là. Ça toujours été le plan. Je ne l'ai pas toujours suivi là, mais maintenant je vois plus l'importance de le suivre. Parce que quand t'es petit, je trouve plus que c'est le talent... Tsé à 15 16 ans, ce n'est pas vraiment le gym qui va faire la différence, je trouve c'est plus le talent pis combien de ski que tu fais. Rendu là (ÉN), on s'entraîne tellement toute que le gym va faire une petite différence à la fin du compte (ÉNC8H, 74).

2.5.2.2.2. L'encadrement institutionnel, en contraignant l'espace-temps disponible, accroît la prise en charge du développement de l'expertise

Nous observons que les structures d'encadrement institutionnel des équipes de ski de bosses (ÉR, ÉQ, ÉN) se spécialisent et accentuent leur prise en charge du développement de l'expertise des athlètes par des entraînements, des suivis par des professionnels et par des camps d'entraînement et d'évaluation de la condition physique. La structure d'encadrement et le programme d'entraînement de l'équipe de bosses influent sur la possibilité temporelle de tenir des activités privées.

2.5.2.2.2.1. Équipe régionale

L'équipe régionale est la première équipe du skieur. L'horaire d'entraînement, les entraîneurs et les coéquipiers varient d'une équipe régionale à l'autre, et d'une année à l'autre. L'expérience du skieur ÉNA4H dans l'ÉR a débuté avec une absence de structure pour évoluer vers une programmation plus encadrée des entraînements et une possibilité de réaliser des activités privées :

> Nous autres, c'était tellement pas encadré. Il devait y avoir des journées, on faisait juste pas d'entrainement (298). Jusqu'à temps que je change de coaches, jusqu'à temps que Coach-chef puis Coach-assistant. arrivent pour coacher, donc peut-être 14 ans. Quand est-ce que je suis embarqué sur l'Équipe du Québec ? (Calcule) Jusqu'à temps que j'aie 13 ans, peut-

> être 14-15 ans ça a été deux années un peu plus encadrées. (...) Dans le temps, quand t'étais en compétition, ben là, t'étais en compétition, mais quand t'étais pas en compétition, c'était la pagaille, c'était le bordel (166). Il y a eu la dernière année avant que je monte sur l'Équipe du Québec ou dans les deux dernières que j'ai, que ça a commencé à être plus performant. Ils avaient fait un petit club Élite, c'était plus le monde qui faisait les séries canadiennes (...) On allait skier les mercredis soirs pour ... (300). Là ça commençait à être plus organisé. Tranquillement, tsé. (...) on a vécu mal organisé au début, mais en même temps, c'était quand même le bon temps, c'était le fun, on faisait tout le temps du snowpark, tsé. Puis, un moment donné, ça devient plus organisé, puis ç'est devenu performant (302).

Un autre skieur (ÉQ14H) ajoute que les cours de trampoline n'étaient pas pris en charge par l'ÉR contrairement à l'ÉQ : « *Dans ce temps-là j'ai pas eu vraiment de cours de trampoline. C'est vraiment quand je suis rentré dans l'équipe ça c'est vraiment plus organisé (211)* ». Plus encore, ÉNB5H évoque comment l'absence de prise en charge des cours de trampoline par l'ÉR l'a incité à réaliser des pratiques délibérées de trampoline : « *On était pas mal moins encadré que sur l'EQ. On avait juste les cours le samedi-dimanche. Mais je prenais des cours de trampoline à part (281)* ».

2.5.2.2.2.2. Équipe du Québec

Contrairement à l'ÉR, l'ÉQ prévoit des cours de trampoline, des cours de rampe d'eau en sus d'un encadrement des entraînements et des compétitions sur neige. En conséquence, certains skieurs réduisent leurs activités privées :

> J'essaie toujours de faire plus là. Mais c'est sûr que j'ai des limites aussi mettons aller au gym quatre fois par semaine avec la trampo, rampes d'eau tout ça chu pas capable là (70). Mais ouais j'essaie de faire le toujours le maximum que je peux là (72). C'est rare qu'on a des temps de

> libre avec le ski, faque quand on est libre on fait vraiment autre chose, avec des amis pis toute (ÉQ13F, 490).

Au moment d'entrer sur l'ÉQ, les skieurs de l'échantillon ont côtoyé quatre collectifs d'entraîneurs : collectif #1 (n = 2 ; ÉNA1H, ÉNA2H) ; collectif #2 (n = 3 ; ÉNA4H, ÉNC9F, ÉNC7H) ; collectif #3 (n = 7 ; ÉNA3H, ÉNB5H, ÉNB6H, ÉNC8H, ÉNC10F, ÉQ15H, ÉQ11H); collectif #4 (n = 5 ; ÉQ12F, ÉQ13F, ÉQ14H, ÉQ16H, ÉQ17F). De plus, à l'époque du collectif d'entraîneur #1, l'ÉQ formait une entité unique, tandis qu'à l'arrivée du collectif #3, celle-ci comportait trois équipes de niveaux de performance différents (ÉQ - Performance; ÉQ - Développement Laurentides et Québec). Dès lors, les structures d'encadrement diffèrent selon les cohortes de skieurs. Par exemple, les cohortes 4 et 5[85] (section 2.5.2.1.4.) ont bénéficié de journées optionnelles en ski et en rampe d'eau (n = 9), d'autant plus qu'ils en assument le coût très élevé :

> À moins que t'aies une bonne raison, fallait pas mal que tu y ailles tout le temps. Ben quoi que tsé, tu payes 4000$. Si tu veux pas y aller, c'est tant pis pour toi là. Mais... Je veux dire, au prix qu'on payait, j'y allais le plus de jours possible (489). Une fois que j'ai payé pour... Mais j'aimais ça aussi, j'aurais pas manqué, jamais. J'aimais assez ça pour y aller toujours, mais si j'avais à manquer j'pouvais manquer (ÉNC8H, 491).

2.5.2.2.2.3. Équipe nationale

Les skieurs sur l'ÉN suivent un programme d'entraînement et de compétitions à l'année. Ils participent à des camps d'entraînement (ex. France, Argentine, Nouvelle-Zélande, etc.) et à des compétitions à travers le monde (ex. Norvège, Suède, Japon,

---

[85] Les cohortes de skieurs sont géo-localisées (Laurentides versus la région de Québec). Il y a donc plus de cohortes que de collectifs.

etc.). Dès lors, ils sont rarement à la maison. Ainsi, une partie des skieurs privilégient d'autres sphères de leur vie lors de leurs temps libres (n = 2 ; ÉNB5H, ÉNC8H), délaissant les activités privées. Nous remarquons, dans l'extrait suivant, que pour résoudre la conciliation sport-vie personnelle, le skieur emploie une métaphore illustrative de l'alternance travail-congés :

> On a tellement de camps qui se suivent que entre les deux j'essaie de décrocher un peu, sans non plus dire que j'y pense plus du tout, mais j'essaie comme, de me concentrer sur autre chose, mais j'ai pas juste l'entraînement en ski, aussi j'ai l'école pis des affaires de même, faut que je me concentre sur d'autres affaires pis ça fait du bien de décrocher une semaine de temps en temps. Pis je vais pas tout oublier ce que j'ai pratiqué la semaine passée. Même si je regarde pas les vidéos tous les jours. Ça fait assez longtemps qu'on fait ça, pis tout l'été focus focus. Faque une semaine de temps en temps, c'est comme une semaine de vacances mettons, à ta job. Si tu es une semaine en vacances, tu t'en vas dans le Sud, t'amèneras pas tes documents pour les relire avant de te coucher, pour être sûr de pas oublier! (ÉNB5H, 64).

Inversement, le skieur ÉNA4H estime accorder plus de temps à ses activités privées dans l'ÉN, l'équipe étant dispersée à travers le Canada :

> Quand j'ai embarqué sur l'Équipe nationale, là j'ai commencé à faire plus de choses par moi-même, parce que maintenant le club, ben c'est quoi le club maintenant sur l'équipe nationale, tsé on est une équipe, mais on est à travers le Canada. Fait que, il n'y a pas d'encadrement. On a des choses à faire par soi-même (ÉNA4H, 170).

2.5.2.2.3. Certaines activités privées varient selon une périodicité saisonnière

Certaines activités privées, menées à l'intérieur, sont présentes tout au long de l'année. D'autres varient selon la saison et la météo (Tableau 2.6). Ainsi, une

température trop douce et l'absence de neige retardent le début de la saison des entraînements et des compétitions.

Tableau 2.6. Dispersion des activités privées selon les saisons et les artefacts

<table>
<tr><th>Automne</th><th>Hiver</th><th>Printemps</th><th>Été</th></tr>
<tr><td rowspan="2">Trampoline (cours et maison)</td><td rowspan="2">Ski libre (cours et libre)
Saut sur la neige
Snowpark
Parler</td><td></td><td>Rampe d'eau
Parler</td></tr>
<tr><td colspan="2">Trampoline (maison)</td></tr>
<tr><td colspan="4">Conditionnement physique
Visionnement de vidéos de soi et des autres
Imagerie mentale avec ou sans artefact
Parler</td></tr>
</table>

À titre d'illustration, l'intensité de visionnement de vidéos des autres varie selon les saisons, tel qu'évoqué par ÉQ11H : « *L'été j'en écoute pas mal moins. L'hiver, j'en écoutais plus parce que justement il y avait du ski de bosses et tout ça. Mais, l'été j'en écoutais pas mal moins (324)* ».

2.5.2.2.4. Les activités privées fluctuent avec la périodisation des entraînements et des compétitions

Chaque fédération sportive établit un calendrier de compétitions qui influe sur le programme d'entraînement créé par les entraîneurs. En conséquence, les entraîneurs, dans leur planification de la saison, doivent respecter la périodisation de l'entraînement, concept pragmatique défini ainsi :

> La périodisation est caractérisée par une distribution et un enchaînement des composantes d'entraînement réparties dans les semaines, les jours et les séances. La périodisation est spécifique à la situation du moment et

> émane des priorités d'entraînement et du temps disponible pour générer les améliorations souhaitées à l'entraînement et en compétition. La périodisation permet d'organiser et de manipuler les aspects tels les modalités d'entraînement, le volume, l'intensité et la fréquence de l'entraînement, grâce à des programmes d'entraînement, de compétition et de récupération à long terme (répartis sur plusieurs années) et à court terme (répartis sur une année). Ces programmes ont pour but l'atteinte d'un sommet de performance à un moment déterminé dans le temps (Balyi et al., 2005, p. 28-29).

La périodisation du programme d'entraînement des équipes de ski de bosses fait fluctuer les activités privées au cours de l'année, selon trois dimensions :

a) les périodes de planification des habiletés à acquérir au cours de la saison et des objectifs de performance sur l'ÉN :

> Ma préparation mentale, elle se fait à partir je dirais admettons du mois d'août, admettons jusqu'au mois de novembre. C'est là que je commence à penser à mes, tsé, comme… oui on s'établit un plan-là, au mois de mai, quand on commence les camps d'entraînement, pis dans ma tête tsé je sais où je m'en va, pis, un peu plus là (ÉNC9F, 54).

b) le calendrier des entraînements et des compétitions sur l'ÉN :

> Pendant la saison d'entraînement en tout cas, je vais focuser plus sur des choses différentes que quand, quand c'est, quand c'est à partir du mois de décembre j'arrête de travailler vraiment trop en profondeur, on essaie de travailler plus en... on embellit pour les juges. Puis c'est pas pour…j'travaille pas trop pour changer ma technique. Autant pendant l'hiver que j'travaille pendant, pendant l'été que j'vais pas travailler pendant l'hiver (ÉNA1H, 159).

c) la mise en œuvre de tests physiques au sein de l'ÉN pendant l'été :

> C'est à cause que je veux arriver à un certain standard dans mes sauts, physiquement aussi, tsé nos testings s'en viennent, la saison s'en vient fait que tu veux être au sommet de ta forme, puis tu veux être vraiment, tu veux éviter les blessures, fait que...ça c'est une autre affaire. Tsé, si je veux arriver à ça, il faut que je m'entraîne puis, c'est comme ça que je sais, il faut que je fasse le travail qu'il faut si je veux être performant (ÉNA4H, 426).

2.5.2.2.5. La réhabilitation de blessures est une forme évènementielle du chronosystème

ÉNA4H est le seul skieur ayant fait l'expérience d'une blessure requérant une chirurgie. En conséquence, il s'est absenté du programme d'entraînement de l'ÉN, durant une saison, et a fait sa réhabilitation au moyen d'activités privées :

> C'est sûr qu'avec une épaule un peu plus instable, j'essaie de mettre mon plan d'entraînement en fonction de l'entraînement : beaucoup d'entraînement physique, de stabilisation d'épaule, puis tout ça (54) J'ai skié toute l'année passée pas de bâtons (...) je faisais toujours une ou deux runs pas de bâtons, à cause de mon épaule. Je skiais, mais j'avais mon attelle, puis je skiais pas de bâtons, pour pas avoir aucune pression, puis aucun choc. Puis, je faisais toujours deux, trois runs par jour où je focussais sur ma technique, puis je faisais du plat un peu, jusqu'à temps que je fasse tranquillement des petites bosses (66). Juste de reprendre nos exercices de base, on fait souvent trois, quatre exercices de base, qu'on travaille tout l'été, c'est comme des exercices qu'on appelle nos « warm-up drills ».
>
> C'est tout le temps des exercices qu'on va faire à chaque fois qu'on recommence un nouveau camp d'entraînement, ben on revient à ces trois, quatre exercices-là. Plus pour nous centrer sur nos skis, nous remettre en contact avec la neige. Faque c'est trois, quatre exercices-là que je faisais, soit le matin ou le soir (68).

Cet évènement accidentel (et donc non-normatif dans le chronosystème) dans le parcours de ce skieur le conduit à mettre en place des activités privées ("Pratique délibérée – Cours de ski") pour sa réhabilitation et son retour à la compétition.

2.5.2.2.6. Disparition des activités privées au cours du temps

Les skieurs mènent la majorité des activités privées sur l'équipe régionale et sur l'équipe du Québec (section 1.6.5. dans la première partie de thèse). Le jeu de règles et le jeu symbolique disparaissent en cours de carrière, généralement lors de l'équipe nationale. De plus, la quantité et la variété d'activités privées évoquées déclinent avec les transitions d'une équipe de bosses à l'autre. Outre l'horaire chargé dans l'ÉQ et l'ÉN, d'autres éléments provenant de l'environnement (microsystème et exosystème) et du skieur (ontosystème) causent la disparition de certaines activités privées, et ce, principalement lors de la période de l'adolescence (généralement vers l'ÉQ) (Tableau 2.7).

Tableau 2.7. Raisons pour lesquelles les activités privées disparaissant au cours du temps

Éléments provenant du microsystème		
Déménagement	« *Oui. euh, ben en fait, j'ai dû déménager justement dans ce temps-là (quand je suis monté sur l'ÉQ). Pis j'en avais eu (trampoline) dans mes deux premières maisons (...) Là, c'est sûr qu'on a dû la vendre. On pouvait pu la garder. pis aussi, ça coûtait trop cher pour la transporter (197)* ». Sauter sur la neige et trampoline (jeu délibéré et pratique spontanée/délibérée)	ÉQ14H
Vente ou suppression de l'artefact par les parents	« *Là, je suis plus lourd, ma trampoline noire, ça le défonçait souvent puis là, mon père l'a vendue (128)* ». Trampoline (pratique spontanée et jeu délibéré)	ÉQ15H, ÉQ17F
Bris de l'artefact	« *(...) dans le film de Jean-Luc (Brassard), il faisait du trampoline avec des skis. Faque là on s'est mis à faire ça, pis un moment donné, c'est arrivé de déchirer la toile un petit peu, le trou s'est agrandi, s'est agrandi, un moment donné, elle était scrapée (252)* ». Trampoline (pratique spontanée et jeu délibéré)	ÉNA2H
Indisponibilité de l'entourage pour créer l'artefact photo	« *Mes parents voyagent beaucoup plus à l'extérieur cette année, fac j'en ai moins. C'est vraiment par vidéos (696)* ». "Pratique spontanée réflexive – Photos"	ÉQ14H
Inadéquation entre les interventions de l'entraîneur et les besoins de l'athlète	« *Trampoline j'ai beaucoup délaissé. Ça, j'ai trouvé que ça me nuit, j'ai beaucoup stagné (373). L'équipe avait changé beaucoup. J'étais le seul plus vieux puis c'était tous des jeunes. Je me suis comme éloigné de l'équipe un peu (375). Faque je m'entraînais avec la petite équipe puis j'ai eu juste aucun intérêt tsé c'était pas le même niveau (383). Souvent l'entraîneur, il ramenait à plus bas fait que j'ai perdu tout intérêt pour ça. J'ai lâché ça pis j'étais plus productif sur ma trampoline en arrière (385). Sinon j'allais aux rampes d'eau faire de la trampoline par moi-même (387)* ». "Pratique délibérée – Cours de trampoline"	ÉNB6H
Élément provenant de l'exosystème		
Fermeture du site Web skidebosses.com	Le visionnement de skidebosses.com est devenu impossible, le site ayant été fermé. Vidéos des autres (pratique délibérée/spontanée réflexive)	Tous
Élément provenant de l'ontosystème		
Désintérêt	« *Surtout quand j'étais plus jeune là. parce que là mettons que je retourne faire de la trampoline dans ma cour, je trouve ça plate parce que la trampoline rebondit moins comparé à nos trampos qu'on a. tandis que quand j'étais plus jeune je trippais, là c'est un peu plus plate, ben pas un plus plate, mais en tout cas. Si je compare ça au trampo olympique, ça va moins bien, tsé, mes sauts sont pas pareils que mes sauts que je fais normalement faque je ne peux pas me fier là-dessus (352)* ». Trampoline (pratique spontanée et jeu délibéré)	ÉQ13F

Ainsi, la survenue d'événements non-normatifs (l'usage répétitif d'un artefact, les changements de vie du microsystème familial, la fermeture d'un artefact par l'exosystème et la perte d'intérêt non-anticipé du skieur envers une activité privée) met fin aux activités privées de trampoline, de visionnement de vidéos des autres et de photos. Par le fait même, ces activités privées cessent de contribuer au développement de l'expertise.

En somme, le DLTA influence le programme d'acquisitions d'habiletés en milieu institutionnel (équipe de ski de bosses) tout en créant des attentes comportementales (ex. désir de gagner) et de performance (ex. atteindre le podium) chez l'athlète. En conséquence, le skieur met en place des activités privées à l'époque où il souhaite accéder à la prochaine équipe de ski de bosses et il adopte une attitude plus sérieuse dans le choix des activités privées, délaissant le jeu pour la pratique. D'autre part, par sa prise en charge des activités privées motrices, la structure d'encadrement et le programme d'entraînement de l'équipe de bosses influent sur la possibilité temporelle de tenir des activités privées. En effet, les skieurs disposent de plus de temps libres sur l'équipe régionale et l'équipe du Québec, leur permettant ainsi de mener des activités privées motrices et réflexives. De plus, la périodisation crée par l'équipe de bosses incite le skieur à réaliser des activités privées pour acquérir ou améliorer des habiletés et ce, en cohérence avec les objectifs du calendrier institutionnel. Ensuite, les activités privées réflexives et/ou qui se pratiquent à l'intérieur peuvent être réalisées à tout moment de l'année tandis que les activités privées pouvant être menées à l'extérieur (ex. sauter sur la neige) dépendent de la période saisonnière. Puis, la présence inattendue de blessures génère un processus de réhabilitation prenant place au sein des activités privées. Enfin, la survenue d'événements non-normatifs (l'usage répétitif d'un artefact, les changements de vie du microsystème familial, la fermeture d'un artefact audiovisuel par l'exosystème et la perte d'intérêt

non anticipée du skieur envers une activité privée) met fin aux activités privées de trampoline dans la cour arrière, de visionnement de vidéos des autres et de photos.

2.5.3. Les microsystèmes contribuent à la mise en place et au déroulement des activités privées

La section précédente montre que la disponibilité de l'entourage social influence le choix des activités privées. La première partie de la thèse a, par ailleurs, mis en évidence que les catégories d'activités privées varient selon que l'étayeur est l'entraîneur, le parent, la fratrie ou encore les coéquipiers. Pour Bloom (1985b), les professeurs, les parents comme les coéquipiers contribuent au développement du talent, l'apprentissage étant un processus interpersonnel et proximal (Bronfenbrenner, 1977).

En effet, les pratiques délibérées (Ericsson et al., 1993) et les pratiques délibérées réflexives sont dirigées par les entraîneurs. L'entraîneur met en place un entraînement optimal, emploie des méthodes spécifiques (Ericsson et Charness, 1994) et anticipe les demandes du niveau de performance experte (Ericsson, 1998). Les parents, lorsqu'ils disposent d'une expertise (juges et connaisseurs[86], section 2.5.3.3.) offrent, d'une façon similaire à l'entraîneur, un étayage prescriptif, co-constructif et directif. En conséquence, les activités privées étayées par ces parents sont également des pratiques délibérées et des pratiques délibérées réflexives. La fratrie et les coéquipiers, quant à eux, supportent des pratiques spontanées motrices et réflexives et des jeux délibérés. Ce faisant, la présence des amis et/ou coéquipiers lors du jeu délibéré contribue au développement du talent (Côté et al., 2013). L'apport spécifique

---

[86] Pour une explication plus détaillée de notre décision de considérer l'expertise des parents au même titre que celle des entraîneurs, veuillez consulter la première partie de la thèse.

des coéquipiers et de la fratrie n'a été que peu étudié à ce jour dans le développement du talent.

La présente section a donc pour enjeux : 1) de déterminer le niveau d'expertise des étayeurs présents dans les activités privées et 2) de dégager les catégories d'étayage influant sur la mise en place et le déroulement des activités privées. Nous pourrons ainsi comparer la contribution des parents, de la fratrie et des coéquipiers à celle de l'entraîneur dans l'acquisition de l'expertise.

De plus, les individus peuvent réaliser des pratiques délibérées par eux-mêmes, mais celles-ci sont moins efficaces sans la supervision d'un professeur (Ericsson et Charness, 1994). Dès lors, cette section a pour ambition supplémentaire d'identifier la mise en place autonome et l'autorégulation par le skieur de ses activités privées contribuant au développement de l'expertise et du talent.

2.5.3.1. Distribution des processus proximaux d'étayage selon les skieurs et les microsystèmes

L'analyse des verbatim des skieurs permet d'identifier des processus proximaux au sein des quatre microsystèmes suivants : les entraîneurs, les parents, la fratrie et les coéquipiers. Les différentes catégories d'étayages reçues par un même skieur dans un microsystème donné sont comptabilisées[87] (Tableau 2.8). Par exemple, le skieur ÉNA3H a reçu neuf catégories d'étayages dans le microsystème parental.

---

[87] Les processus proximaux d'étayage ayant été identifiés sont compilés une fois, malgré la continuation de ces activités privées/étayage dans le temps. Certains processus n'ont pu être identifiés car non évoqués dans les entretiens.

Tableau 2.8. Distribution des processus proximaux d'étayages évoqués selon les skieurs et les microsystèmes (occurrences)

	Catégories d'étayages évoqués				Somme des catégories d'étayages évoqués
	Étayage entraîneur	Étayage parent	Étayage fratrie	Étayage coéquipier	
ÉNA1H	1				*1*
ÉNA2H	1			2	*3*
ÉNA3H		9	3	2	*14*
ÉNA4H			2	1	*3*
ÉNB5H	1	1	1	1	*4*
ÉNB6H	1		1	1	*3*
ÉNC7H	1			1	*2*
ÉNC8H				3	*3*
ÉNC9F	2	1	2	1	*6*
ÉNC10F		1		4	*5*
ÉQ11H		4			*4*
ÉQ12F		2	2	1	*5*
ÉQ13F		2	2	1	*5*
ÉQ14H	1	7		3	*11*
ÉQ15H		1	2	4	*7*
ÉQ16H	3	1		3	*7*
ÉQ17F		1		1	*2*
Totaux :	*11*	*30*	*15*	*29*	*85*

Note : Les cases en noir signifient que ces skieurs n'ont pas de frères ou de sœurs skieurs de bosses. Les cases en gris signifient l'absence d'étayages évoqués dans le microsystème.

Le dénombrement des catégories d'étayages évoqués par les skieurs révèle cinq faits principaux (Tableau 2.8) :

a- L'étayage par les coéquipiers est le plus souvent évoqué par l'ensemble des skieurs : seulement deux skieurs n'évoquent pas un tel étayage ;

b- L'étayage parental concerne l'ensemble des skieuses ;

c- Le nombre de segments relatifs à un étayage parental est élevé pour deux garçons, l'un membre de l'équipe nationale (ÉNA3H) et l'autre de l'équipe du Québec (ÉQ14H) ;

d- La diversité d'étayages évoqués varie de 1 à 14 occurrences et de 2 à 11 occurrences dans l'équipe du Québec ;

e- ÉNA3H est le skieur ayant reçu la plus grande variété d'étayages, suivi de ÉQ14H.

La description suivante des étayages présente d'abord la source la moins fréquemment évoquée (l'entraîneur) puis les sources familiales (parent, fratrie) et enfin, la deuxième source la plus fréquemment évoquée (coéquipier). L'influence de ces divers étayages est également présentée selon leurs contributions sur la mise en place de l'activité ou son déroulement.

2.5.3.2. L'étayage des entraîneurs privés influence la mise en place et le déroulement des activités privées

La littérature sur les pratiques délibérées présente l'entraîneur comme le prescripteur de ces pratiques, le garant de la cohérence des pratiques délibérées et du programme d'entraînement et de l'étayage technique, à titre d'entraîneur privé, des habiletés du skieur. Si les évocations par les skieurs de leurs activités privées lui attribuent bien ces étayages, certains d'entre eux y ajoutent la réassurance au cours même de leurs activités privées. Tandis que les deux premiers étayages influent sur la mise en place des activités privées, les deux derniers étayages influent sur le déroulement même de celles-ci.

L'expertise des entraîneurs repose sur une expérience de compétiteurs ou d'entraîneurs de l'ÉQ ou de l'ÉN. Les entraîneurs intervenant dans la "Pratique délibérée – Journée optionnelle" (ÉQ) correspondent au collectif d'entraîneurs #4 intervenant dans l'équipe du Québec.

2.5.3.2.1. L'entraîneur favorise la mise en place des activités privées

Six skieurs (ÉNB5H, ÉNB6H, ÉNC7H, ÉNC9F, ÉQ14H, ÉQ16H) évoquent l'étayage d'entraîneurs privés embauchés par leurs parents ou l'étayage de l'entraîneur de l'équipe de bosses d'appartenance, en dehors de l'encadrement institutionnel, dans la mise en place de leurs activités privées (pratiques délibérées).

Les entraîneurs influent sur la mise en place des activités privées, et ce, de deux manières : a) par la prescription au skieur d'activités privées ; b) par l'inscription des activités privées dans le curriculum d'acquisition d'habiletés de l'ACSA.

2.5.3.2.1.1. L'entraîneur est un prescripteur de pratiques délibérées

Quatre skieurs (ÉNC7H, ÉNC9F, ÉQ14H, ÉQ16H) évoquent la prescription d'activités privées par l'entraîneur. Dans l'extrait suivant, le skieur insiste sur la prescription de l'activité de visualisation et de relaxation, mais aussi sur sa répétition :

> Les coachs qui nous ont appris à visualiser, en fait, avec l'équipe du Québec. On a fait des exercices de visualisation beaucoup. Avec eux pis on avait aussi un autre truc mettons, un exercice de relaxation qu'ils appelaient (...) C'est probablement plus ça qui m'a permis de faire ça. Parce que si on ne me l'avait jamais, mais si on m'avait comme pas incité à le faire, je ne l'aurais probablement jamais fait (ÉNC7H, 133).

2.5.3.2.1.2. L'entraîneur recentre le skieur sur le curriculum d'acquisition d'habiletés de l'ACSA

Lors des activités privées, le skieur peut souhaiter exercer des compétences situées au-delà de son niveau dans le curriculum d'acquisition d'habiletés en ski de bosses. Dès lors, l'entraîneur étaye l'activité de manière à la rendre plus conforme au stade atteint et à la transformer en pratique délibérée (n = 2 ; ÉNB5H, ÉNB6H) :

> Des fois l'entraîneur va t'emmener quelque part, mais tu dis : « wow » ! Mais j'aimerais travailler ça tout de suite peut-être au lieu de ça ». C'est certain que l'entraîneur doit connaître plus eeh les étapes. Tu ne peux pas apprendre tout de suite à ...tsé ya des étapes toujours pour passer à absorption (156). Toi tu vas peut-être vouloir plus travailler d'autres choses que lui est en train de travailler. Sauf c'est, lui il va te ramener dans une direction étape par étape. Ça, ça a plus d'importance, ça on va travailler ça plus tard, ça on va avoir un petit plan de match comme ça (ÉNB6H, 573).

2.5.3.2.2. L'entraîneur influence le déroulement des activités privées

Quatre skieurs (ÉNA1H, ÉNA2H, ÉNC9F, ÉQ16H) évoquent comment l'étayage des entraîneurs influence le déroulement de leurs activités privées ("Pratiques délibérées"), et ce, de deux manières : a) par la réassurance de la compétence du skieur ; b) par l'enseignement d'habiletés techniques en ski de bosses.

2.5.3.2.2.1. L'entraîneur rassure le skieur sur sa compétence tout en la validant

Deux skieurs (ÉNC9F, ÉQ16H) se dévalorisent lorsqu'ils visionnent seuls leurs performances. Ils demandent à leur entraîneur une réassurance par un visionnement conjoint :

> Je l'analysais avec mon coach. (...) qu'il me dise ce que j'ai fait de bien, ce que j'ai fait de moins bien. Moi il me fallait ça, parce que dans le fond, du premier coup des fois, quand je voyais ma descente, je suis toujours un peu plus négative que positive quand je me vois descendre. Mais c'était, de ramener aux points positifs (ÉNC9F, 304).

Pour rassurer à nouveau le skieur, l'entraîneur valide les caractéristiques déterminantes présentes dans les actions de son athlète, articulant ainsi l'enjeu affectif et l'enjeu cognitif.

2.5.3.2.2.2. L'entraîneur enseigne les habiletés techniques

Cette forme d'étayage (n = 3 ; ÉNA1H, ÉNA2H, ÉQ16H) repose sur la description de la technique de ski et/ou de saut, tel qu'évoqué par ÉQ16H : *« Il (entraîneur) me montrait comment, où passer dans les bosses, où piquer (ÉQ16H, 299) »*. Cet étayage correspond au discours technique employé par l'entraîneur et le milieu institutionnel, c'est-à-dire à un discours décomposant un geste sportif en séquences de mouvements chronologiquement ordonnés (Durand et al., 1993).

En somme, à la prescription de pratique délibérée par l'entraîneur s'ajoute, dans notre recherche, l'étayage fourni par l'entraîneur de l'activité privée, étayage à la fois

affectif et cognitif. Il facilite le déroulement de l'activité privée et l'amélioration des habiletés critiques à la performance.

2.5.3.3. L'étayage parental influence la mise en place et le déroulement des activités privées

Dans cette section, nous présentons les catégories d'étayages parentaux évoqués par les skieurs. Avant de procéder à cette présentation, nous avons dégagé quatre niveaux d'expertise parentale, se déclinant sur un continuum allant de compétence non-reconnue par les skieurs à compétence hautement reconnue par le skieur (Tableau 2.9).

Tableau 2.9. Niveaux d'expertise parentale

Appellation d'expertise	Description du niveau d'expertise	Extraits de verbatim	Skieurs
Compétence non-reconnue	Parents sans expertise déclarée ou reconnue en ski de bosses, c'est-à-dire ni juges ni bons connaisseurs.	*Des fois eux (parents) y'essayaient de discuter mais moi j'savais* ***qu'ils connaissaient rien****, j'écoutais pas c'qu'ils disaient (ÉNA1H, 117).*	n = 6 ; ÉNA1H, ÉNA4H, ÉNB6H, ÉNC8H, ÉNC10F, ÉQ17F
Compétence de juge	Parents ayant participé à des formations pour exercer le rôle de juge lors des compétitions régionales et/ou provinciales et/ou canadiennes (Annexe B).	*Mes parents ils jugeaient un peu. Ils faisaient, ils commençaient à faire des* ***cliniques de juges*** *(122). ils m'aidaient à voir un peu la perception d'un juge là (130) (ÉNC9F, 132).*	n = 9 ; ÉNA2H, ÉNB5H, ÉNC7H, ÉNC9F, ÉQ11H, ÉQ12F, ÉQ13F, ÉQ15H, ÉQ16H
Compétence de bon connaisseur	Père ayant construit ses connaissances au moyen d'un livre sur la technique de base en ski de bosses et de visionnement de vidéos de conditionnement physique. Ce père n'est pas juge.	*Avant qu'il se blesse au genou. C'était, c'est vraiment, c'était* ***un maniaque (de ski)*** *(ÉQ14H, 94).*	n = 1 ; ÉQ14H
Compétence équivalente à l'entraîneur et au juge[88]	Père professionnel dans le domaine de la santé et de la posture, ayant une formation de juge et reconnue par son fils comme ayant les mêmes compétences qu'un entraîneur. Celui-ci a également construit ses connaissances au moyen de visionnement de vidéos d'entraînement de conditionnement physique.	*Je pense le fait qu'il m'ait vu beaucoup, y'en avait vu beaucoup quand y'est allé faire des affaires de juge. Il connait, j'trouve il connait ça vraiment... tsé pour être, tsé sans qu'il aille jamais fait de sport,* ***il pourrait être un bon coach****. Il est capable de voir la différence entre quelqu'un qui est bon ou quelqu'un qui est un p'tit peu meilleur. Tsé y'est capable de faire des différences (ÉNA3H, 407).*	n = 1 ; ÉNA3H

[88] Les deux parents d'ÉNA3H sont juges. Pour une étude plus approfondie de l'étayage des parents d'ÉNA3H, veuillez vous référer à la thèse d'honneur suivante : Michaud, Camille (2013). Étayage parental au cours des pratiques délibérées d'un skieur de bosses élite. Thèse de spécialisation, UQÀM.

De plus, le père possédant une compétence équivalente à celle d'un entraîneur et d'un juge est le seul ayant non seulement étayé les activités privées de son fils mais également celles d'une autre skieuse (ÉNC10F) et d'un autre skieur (ÉQ15H), ce qu'aucun autre parent n'apparaît avoir fait : « (père d'ÉNA3H) *Il parlait, c'est un juge. Il nous disait des affaires plus constructives là. L'autre père, il parlait pas ("Pratique délibérée réflexive – Vidéos des autres", ÉQ15H, 493)* ».

Enfin, huit des 10 skieurs ayant un parent juge, et trois des sept skieurs n'en n'ayant pas évoquent un étayage parental. Au total, 13[89] catégories d'étayages parentaux sont présentées ci-dessous, selon leur influence sur la mise en place des activités privées et sur le déroulement de celles-ci. Ce nombre élevé de catégories d'étayage est attribuable aux pères des skieurs ÉNA3H et ÉQ14H.

2.5.3.3.1. Les parents favorisent la mise en place des activités privées

Quatre skieurs (enfants de juges, à l'exception d'ÉQ14H, dont le père est passionné de ski) évoquent l'aide parentale dans la mise en place de leurs activités privées en cours d'équipe régionale ou d'équipe du Québec. Les étayages proviennent principalement du père (n = 4 ; ÉNA3H, ÉQ11H, ÉQ13F, ÉQ14H).

Les parents influent sur la nature des activités privées mises en place, et ce, de quatre manières, dont on remarquera, pour deux, la similitude avec les catégories d'étayages décrites précédemment pour l'entraîneur : a) par la création d'un espace pour l'explicitation de la pratique sportive de l'enfant ; b) par la prescription à l'enfant

---

[89] Seulement deux processus proximaux d'étayage (n = 2 ; ÉNC10F, ÉQ11H) n'ont pu être identifiés puisque ceux-ci n'ont pas été évoqués, tel qu'illustré dans cet extrait : « *Avec mon père aussi parce que, juste faire du ski ensemble, tous les deux (14)* ».

d'activités privées ; c) par la co-construction d'activités privées de conditionnement physique ; d) par l'introduction d'une activité rituelle de visionnement de vidéos.

2.5.3.3.1.1. La présence du parent soutient l'explicitation des sensations et de l'auto-appréciation du skieur

Trois skieurs (n = 3 ; ÉNA3H, ÉQ11H, ÉQ13F), tous enfants de juge, évoquent, lors de visionnement de vidéos de soi ("Pratique délibérée réflexive – Vidéos de soi"), la tenue d'activités privées d'explicitation de leurs sensations et de l'appréciation de leur performance, avec la présence attentive du parent :

> Je les (vidéos) ai regardées avec ma mère pis mon père. On les avait regardées ensemble (380). Je leur expliquais (à mes parents) comment je me sentais, comment était la piste (382). Plus mettons, la compétition, mettons, je me disais cette piste-là était belle, je l'aimais, je me sentais bien dedans (384). Qu'est-ce que je trouvais que j'avais bien fait ? Qu'est-ce que j'avais trouvé que j'avais moins bien fait ? Je leur expliquais (390). Une run de l'année passée que je trouvais que je n'allais pas assez vite, j'étais là, cette run, tsé mettons j'ai une bonne technique mais je trouvais que je n'allais pas assez vite, tsé je leur expliquais (ÉQ13F, 392).

La skieuse, en explicitant à ses parents les éléments critiques de sa performance (« *ce que j'avais trouvé que j'avais bien fait* »), prend conscience de son ressenti corporel lors de sa performance et des habiletés qu'elle maîtrise et qu'elle doit améliorer.

2.5.3.3.1.2. Le parent est un prescripteur d'activités privées

Un skieur (ÉQ11H), enfant de juge, rapporte la prescription parentale de visionner des vidéos de ski de bosses ("Pratique délibérée réflexive –Vidéos de soi" ; "Pratique

délibérée réflexive – Vidéos des autres"), qu'elles soient les siennes ou celles d'autres skieurs : « *Ben mes parents « Ouin, tu devrais en regarder un peu plus » (vidéos), parce que c'est toujours bien de toujours regarder dans l'esprit des choses (204)* ». Dans le même temps, de façon paradoxale, sa mère désapprouve qu'il compare sans cesse ses performances à celles des autres skieurs : « *Ma mère dit que je me compare trop, beaucoup trop aux gens. Je ne sais pas pourquoi j'ai cette tendance-là à juste regarder les autres (440)* ».

Le père d'ÉQ14H ("Pratique délibérée réflexive – Lecture") prescrit à son fils de comprendre le livre de la technique de base en ski de bosses :

> Mon père, il me disait. « Le lire ça sert pas mal à rien, faut juste que tu le comprennes » (90) « Il ne faut pas que tu le saches par cœur. Il faut juste que tu le comprennes pour que tu puisses l'appliquer ». « À ton style, à ta façon » (100) Plus en le faisant beaucoup de fois, après ça, comme par exemple, tu il faut garder les hanches au-dessus de comme, garder une bonne axe. Avec mes hanches pis mon milieu de pied. Ben mais à un moment donné je le comprenais. Okay okay faut que je fasse ça. Comme des affaires de même. Je trouvais des techniques pour l'avoir. C'est ça qu'il me disait (102).

2.5.3.3.1.3. Les parents co-construisent avec leur enfant des activités privées de conditionnement physique

Les pères d'ÉNA3H et d'ÉQ14H agissent de façon comparable, en particulier en co-construisant avec leur fils des activités privées de conditionnement physique. En effet, les deux pères consultent des vidéos de conditionnement physique sur l'Internet afin de spécialiser les "Pratiques délibérées - Conditionnement physique" au ski de bosses :

> L'idée de mon père. Comme les bossus c'était pas mal mon père. Ça c'était mon père. Des fois il nous montrait des vidéos sur Youtube de, tsé du monde qui ont des méthodes d'entraînement, tsé pour le ski ou pour d'autres affaires, pis on essayait de se rendre, comme spécifique à mon sport (98).

En plus de l'utilisation de vidéos, ÉQ14H et son père modifient des drylands provenant l'ÉQ au moyen de visionnement de vidéos d'entraînement sur You Tube ® puis d'un livre sur la position de base en ski de bosses :

> On allait là pis des fois on faisait vraiment des drylands un peu plus spécifiques. Il regardait (...) quelques livres sur la position de base en ski acrobatique pour la travailler un peu (58). Avoir les pieds en avant. Pis euh, avoir toujours les hanches au-dessus pis toute. On a trouvé ça (78) (...) la trajectoire de bosses que tu es supposée avoir. Comme ça commence bien sûr par le plat, l'absorption pis après ça les bosses. La trajectoire pour que tu aies la vision qu'il faut que tu aies, la position qu'il faut que tu aies. C'est vraiment, assez détaillé (88).

Ces adaptations et ces spécialisations des drylands résultent en l'amélioration des capacités cardiorespiratoires d'ÉQ14H :

> On a fait un dryland un petit peu plus cardio là. Tsé comme tu avais des exercices tu avais des sprints tu avais cardio. Vraiment beaucoup c'était de la course. Pis euh, comme par exemple, qu'est-ce qu'on ferait moi pis mon père. On prendrait ce dryland là, on le modifierait pour être encore plus toff (difficile). Toujours toujours pousser un petit peu plus la limite. Ma limite. (62).

Enfin, contrairement à ÉNA3H dont les "Pratiques délibérées - Conditionnement physique" sont co-construites avec son père dès l'ÉR, celles d'ÉQ14H débutent sur l'ÉQ :

> Au début, moi, je voulais juste m'entraîner un petit peu. Genre, sans, sans rien, mon père… juste un petit peu physiquement, pis un cardio. Pis après ça c'est là, que c'est lui qui a eu l'idée, ben ça te tentes-tu qu'à la place on fasse des drylands[90]. Que tu apportes des drylands on va les modifier un peu. (…) C'est là qu'on a, qu'on a commencé là (112).

2.5.3.3.1.4. Le parent introduit le skieur au visionnement de vidéos des autres et aux exercices de relaxation

Le père d'ÉNA3H introduit des activités rituelles de visionnement de vidéos de performances de ski de bosses ("Pratique délibérée réflexive – Vidéos des autres"). Ayant trouvé le site Web skidebosses.com, il présente ce site à son fils et le visionnement conjoint de ces vidéos leur offre la possibilité de partager leurs appréciations qualitatives et quantitatives des performances des skieurs de la Coupe du monde :

> Le soir quand j'allais m'coucher il venait me voir, tsé à place de me lire une histoire (…) Il venait me parler, on ouvrait mon ordi, pis on regardait des vidéos ensemble de ski là. Pis là j'lui disais qu'est-ce que j'trouvais hot pis là il me disait ses affaires (407).C'est mon père qui a trouvé skidebosses. Mais tsé lui…moi quand j'ai vu ça j'ai checké, j'ai checké, skidebosses j'le connais par cœur. Pis c'est comme, j'ai comme tellement étudié ça que j'le connais super bien mais mon père l'connaît bien aussi là j'allais souvent le voir. Tsé j'regardais des descentes avec (409).

Ce même père a également initié son fils (ÉNA3H) à une technique de relaxation en l'associant à ses visualisations afin de gérer ses émotions ("Autres – Préparation mentale") :

---

[90] Entraînements de conditionnement physique sur un terrain sec extérieur.

> Il me faisait faire genre des techniques de relaxation genre écouter son cœur, mettre ses mains ici, pis tsé essayer de faire comme ralentir tes battements (...) Pis après ça penser à tes descentes, en tout cas (417). Maintenant (...) je me couche pis j'suis capable d'le faire. Genre mettons calme d'un coup là (419). C'était comme pour me montrer comment prendre des bonnes respirations (421).

2.5.3.3.2. Les parents influencent le déroulement des activités privées

Les parents agissent sur le déroulement des activités privées mises en place. Nous proposons une gradation des interventions des parents, de la périphérie de l'activité (le parent souhaite une exécution motrice sécuritaire) vers la co-action motrice. Les formes d'étayage varient avec le niveau d'expertise des parents. Seuls les parents juges, connaisseurs ou entraîneurs/juges étayent l'analyse et l'exécution du geste sportif.

2.5.3.3.2.1. Le parent souhaite une exécution motrice exempte de danger

Les parents (l'un juge, l'autre bon connaisseur) de deux skieurs (n = 2; ÉQ12F, ÉQ14H) mettent en garde leur enfant sur la dangerosité des sauts plus complexes qu'il exécute sur le trampoline installé dans la cour arrière de la maison ("Jeu délibéré – Trampoline maison"). Les parents demandent à leur enfant de réguler l'activité privée afin d'éviter les blessures :

> Quand j'ai commencé à faire des corks dessus, parce que j'avais pu peur pu de matelas, ils m'ont regardé là (310). Ils me disaient juste, mais tsé souvent je revolais dans le filet. Ils disaient « fais attention (...) pète toi pas la gueule dans la trampo, ça serait stupide » (ÉQ12F, 312).

2.5.3.3.2.2. Les parents offrent un encouragement

Deux skieurs (n = 2; ÉQ14H, ÉQ17F), dont les parents ne sont pas juges, évoquent un soutien affectif reçu par leurs parents au moment d'accomplir une activité privée de visionnement de ses performances ("Pratique spontanée réflexive – Vidéos de soi"). ÉQ17F, plus experte que son père, reste néanmoins critique : « *Ils disaient tout le temps « check ça c'est full cool ». J'étais là « non, ce n'est pas bon, il faut faire ça » pis là il était comme « arrête d'être sarcastique, faut que tu regardes le positif » (ÉQ17F, 340)* ».

2.5.3.3.2.3. Les parents signalent à leur enfant les informations à repérer dans le visionnement de vidéos des autres

Deux parents, l'un ayant une compétence de juge (ÉQ11H) et l'autre ayant une compétence d'entraîneur et de juge (ÉNA3H), orientent le regard de leur enfant lorsque celui-ci visionnement des vidéos ("Pratique délibérée réflexive – Vidéos des autres"). Le père d'ÉQ11H signale à son fils de regarder vers les attributs psychologiques caractérisant les athlètes de haut niveau et dont l'enfant pourrait tirer profit :

> Il y a mon père, je ne sais pas, il me montre beaucoup de vidéos d'autres sports justement d'athlètes (…) ils montraient un peu sa préparation, (…) Il y a une fois, il m'a montré une de l'équipe de handball parce qu'ils ont tout gagné, de tous les sports d'équipe, je pense que c'est l'équipe qui a le plus de titres dans son sport (…) aussi les phrases comme il a dit : « Si je fais ce que j'ai à faire, il n'y a personne … » des trucs comme ça, ça je trouve ça drôle (ÉQ11H, 270).

Le père d'ÉNA3H dirige le regard de son fils vers les caractéristiques critiques caractérisant le modèle d'exécution motrice d'un saut et il lui signale quel skieur observer, c'est-à-dire celui étant présentement le meilleur sur la Coupe du monde :

> Quand j'étais plus jeune c'était comme « ah, j'aimerais ça apprendre, faire des cork mais j'vais… ». Tsé c'est comme, tu parles comme un p'tit gars (403) Il (son père) prenait des exemples sur ÉNA1H (405).

> Mon père quand y'avait, il suivait un peu des fois les Coupes du monde. Pis il m'avait, il dit Jeremy Bloom était bon. Pis c'était lui qui était 1er qualif. Faque là j'étais là « oh y'est bon lui » (259).

2.5.3.3.2.4. Les parents co-analysent l'exécution d'une habileté par visionnement d'une vidéo

Deux skieurs (ÉQ11H, ÉNA3H), engagés dans l'ÉR et enfants de juges, visionnent des vidéos de skieurs de la Coupe du monde en compagnie de leur père. Lors de ces visionnements, ces skieurs et leur père commentent la qualité d'exécution des skieurs filmés, y comparant parfois celle du fils :

> Des fois, il filme d'autres personnes de l'équipe (…) des fois, on compare les deux, ce qu'on faisait les deux, tout ça. Ah lui, regarde lui, il fait moins ça que toi, mais par contre, il y a une petite analyse comme ça, puis après. (…) tu analyses une run, quand tu analyses une run, tu fais juste faire pause, pis tu regardes comment son départ de cork par exemple, comme ça là (ÉQ11H, 282).

Quelques saisons avant de rejoindre l'ÉQ, ÉNA3H a commencé à observer les skieurs de la Coupe du monde. Ces situations de visionnement sont devenues rituelles. Ce sont à la fois des étayages réciproques, ÉNA3H explicitant pour son père ses

observations, le père tentant d'expliquer à son fils comment skier comme les skieurs de la Coupe du monde :

> Souvent j'montais en haut, j'allais voir mon père pour regarder avec. Parce que tout seul des fois c'est, j'regardais ça pis j'trouvais c'est plate. À deux tu peux jaser. (411). Ben non non ben pas plate mais tsé j'en regardais tellement qu'un moment donné j'voulais montrer c'que j'voyais à mes parents, à mon père surtout. On allait dans l'salon, je regardais avec (...) C'qu'on aimait, c'qu'on aimait pas pis. Il me disait mettons Janne était super smooth ou tsé j'lui disais un nom là whatever. Pis y'était là, y'essayait de trouver des moyens, des p'tits mots, tsé il disait peut-être que lui il fait ça d'même tsé tu devrais essayer (...) Pis j'pense tsé on faisait rien que discuter des descentes (415).

L'intervention du père dans l'activité dirige donc l'attention du skieur vers des éléments contribuant à la réussite d'une exécution motrice. Le père et le fils développent également une activité de caractérisation du style de chaque skieur.

2.5.3.3.2.5. Les parents identifient les erreurs commises

L'identification des erreurs commises lors du visionnement de la performance de son fils ("Pratique délibérée réflexive – Vidéos de soi") qualifie l'étayage fourni par le père d'un skieur (n = 1 ; ÉQ16H), par ailleurs juge : « *Quand j'étais à la maison des fois il s'assoyait sur le divan, il me regardait et me disait comme des petites affaires comme ça c'est croche (477)* ». À nouveau, le parent oriente le regard porté sur la vidéo.

2.5.3.3.2.6. Les parents prennent un rôle de juge et offrent une appréciation affective et technique de l'exécution motrice

Au sein du sous-groupe de skieurs ayant un parent juge, quatre skieurs (ÉNA3H, ÉNC9F, ÉQ12F, ÉQ15H) bénéficient ou sollicitent une appréciation affective[91] (appréciation esthétique selon les affects associés) et technique de l'exécution motrice selon une perspective de juge ("Autres – Appréciation affective et technique de l'exécution motrice", "Pratique délibérée réflexive – Vidéos de soi" et l'évocation générale sur les parents[92]). Cette forme d'étayage influe sur la compréhension des pointages attribués par les juges, mais également sur l'évaluation que fait le skieur de sa performance, permettant une décentration de la perspective du compétiteur vers celle du juge :

> Ça a tout le temps été un sujet de conversation familiale en plus, parce mes parents ils jugeaient un peu. Ils faisaient, ils commençaient à faire des cliniques de juges. Faque oui, c'est toujours un sujet assez proéminent chez nous (122). Ils m'aidaient à voir un peu la perception d'un juge là parce que, dans le fond, quand tu es compétiteur, c'est facile de dire des fois un peu, pourquoi tel juge m'a donné telle note. Mais des explications de tes parents, des fois, c'est toujours le fun à entendre (130). C'est sûr que ça m'a aidé. Ça m'a aidé à avoir une perspective aussi. Pis des fois de pas trop, mettons tu as une note que tu aimes pas, tsé c'est sûr quand tu te le fais expliquer ben ça met les choses en perspective pis c'est moins décourageant ou plus des fois (ÉNC9F, 132).

---

[91] Cette forme d'appréciation affective et technique de l'exécution motrice soutient l'expérience de l'esthétisme (« L'expérience esthétique est à la fois une conduite mentale et un état affectif » (Talon, 1999, p. 17)).

[92] Dans certains cas, les skieurs évoquent l'étayage de leurs parents sans que celui-ci ne soit associé à une activité privée précise. Étant donné la contribution perçue de ces étayages, nous avons décidé de les comptabilisés.

Lors de "Pratique délibérée – Conditionnement physique" et "Jeu délibéré – Ski libre", le père d'ÉNA3H procure également une rétroaction qualitative (qualité d'exécution) et quantitative (pointage) selon une perspective de juge :

> Mon père des fois me regardait. Il me disait, il m'aidait à me positionner, tsé esthétiquement. Mettons tu veux travailler toutes les vers(ants) quelqu'un qui skie comme ça pis tu veux travailler comme ça (82). Mon père il se mettait en bas (de la piste de bosses), souvent, pis il me donnait une note, genre 4 points quelques (391).

2.5.3.3.2.7. Les parents observent et prescrivent des corrections pour l'exécution motrice

Trois parents juges (ÉNA3H, ÉNB5H, ÉQ13F) et un père connaisseur (ÉQ14H) observent l'exécution motrice et donnent des prescriptions pour corriger l'exécution. L'extrait suivant illustre un étayage par le père d'ÉQ13F de l'exécution motrice de sa fille sur le trampoline dans la cour ("Pratique spontanée – Trampoline maison") : « *Sûrement que mon père a déjà dit quelque chose vu qu'il est juge (258). Des fois, là, des petits conseils, là (261)* ».

Cet autre exemple montre comment le père bon connaisseur (ÉQ14H) prend plus en charge l'observation et la correction du positionnement de la technique de base lors des "Pratique délibérée – Conditionnement physique" :

> Il sait comment me corriger là (90). Sur le plat, sans skis, sans bottes. C'est pas mal ça là. On corrigeait déjà, on essayait de le corriger déjà en, en, ben sans skis sans rien. Sans équipement (104). (De façon posturale) ouais pour que après ça en ski ça vienne naturellement (106). Pis aussi lui qui disait qu'il le voyait là. C'est un petit peu bon. Que c'est une petit peu, que c'était bon (108).

La compétence de ce père, pour corriger le positionnement de son fils, repose sur l'acquisition de connaissances au moyen d'un livre sur la technique de base en ski de bosses : « *Au début c'est sûr, il fallait qu'il l'ait dans ses mains avant de me le dire là. Mais après ça, maintenant il le connaît presque par cœur* (90) ».

2.5.3.3.2.8. Les parents enseignent une technique de ski ou de saut

Les pères d'ÉNA3H (compétence équivalente à l'entraîneur et au juge) et d'ÉQ14H (compétence bon connaisseur) sont les seuls à enseigner des techniques à leur fils et à une coéquipière d'ÉNA3H (ÉNC10F).

Tout d'abord, ÉNA3H évoque comment son père lui a enseigné – sur l'ÉR – la technique pour skier vite tout en se ralentissant dans les bosses ("Pratique délibérée – Cours de ski") (technique qu'il réinvestira plus loin en l'enseignant de manière légèrement différente à sa sœur, voir section 2.5.3.4.2.1.) :

> Si t'es capable de bien te ralentir tu peux aller encore plus vite. Faque mettons, j'essayais, j'savais que ça c'était, c'était de même depuis que j'suis jeune. Mon père m'avait expliqué, pis j'savais que si t'étais capable de bien te ralentir tu peux aller encore plus vite. Faque là j'travaillais à aller super vite pis être capable d'me ralentir (385).

Ce même père a également enseigné à ÉNC10F[93] comment faire exécuter un 360° sur la neige ("Pratique délibérée – Sauter sur la neige") :

---

[93] Nous avons comptabilisé cet étayage dans le microsystème parental d'ÉNC10F bien qu'il ne soit pas son père.

> Le papa à ÉNA3H il me montrait, on the side aussi (...) c'est lui qui m'a montré à faire les 360° (30). J'm'en souviens exactement. Dans le mini snowpark à la montagne, genre le petit trou là, ben y'avait un big air pas trop gros là mais, un petit big air pis y m'avait montré comment faire un 360° mais tsé, y m'avait montré, ça devait être genre, tourne, ouvre les hanches, tourne, je sais pas comment y'a pu m'expliquer ça la mais, mais tsé j'faisais d'la gym faque [ok], j'étais quand même pas pire la, ben tsé c'est mieux que quelqu'un qu'y a jamais fait ça un tour sur lui-même, faque, ça ben marché (34).

2.5.3.3.2.9. Les parents co-agissent avec leur enfant lors des "Pratiques délibérées – Conditionnement physique"

À nouveau, seuls les pères d'ÉNA3H et de d'ÉQ14H procurent des étayages dans cette catégorie.

Par la mise en place d'une situation d'émulation[94], le père d'ÉQ14H encourage son fils à dépasser ses limites ("Jeu délibéré – Conditionnement physique"). En effet, lors de cette activité privée son fils doit courir plus vite que lui : « *Il me poussait. (...) Même des fois il le faisait avec moi. On le faisait les deux pis en même temps il me poussait (62). Toujours essayer de nous battre à chaque fois (64)* ».

Le père d'ENA3H, court avec son fils et est co-acteur de l'activité privée de conditionnement physique ("Pratique délibérée – Conditionnement physique") :

> Il a acheté des élastiques, puis il me faisait courir contre l'élastique. Pis un moment donné ça court plus pis ça revient (100).Moi je voulais sortir, à chaque soir j'sortais avec mon père, on allait courir en arrière (104).

---

[94] L'émulation se définit comme un « sentiment qui nous porte à imiter, à égaler nos semblables, à ne pas nous laisser dépasser par eux, et même à les surpasser » (Queyrat, 1919, p. 1).

En somme, les deux pères ayant la plus grand reconnaissance de compétence sont ceux ayant procuré le plus grand nombre de catégories d'étayage (ÉNA3H : 9 catégories d'étayage ; ÉQ14H : 6 catégories d'étayage), ce sont également les pères des deux skieurs, qui sont, à ce jour, respectivement, l'un des meilleurs skieurs et parmi les plus prometteurs. La majorité des parents ayant étayé les activités privées sont également juges. Quatre catégories d'étayages influencent la mise en place des activités privées et neuf catégories d'étayages influencent le déroulement des activités privées.

De plus, ces pères acquièrent des connaissances sur le sport pratiqué par leurs fils en participant à des cliniques de juges et/ou en lisant et/ou en visionnant des artefacts didactiques sur le sport et la condition physique.

2.5.3.4. L'étayage de la fratrie influence la mise en place et le déroulement des activités privées

Douze participants font partie d'une fratrie de skieurs de bosses et il y a deux couples de frères et sœurs parmi les participants. Tout comme les entraîneurs et les parents, la fratrie étaye la mise en place et le déroulement des activités privées des skieurs de bosses. Dans cette partie, nous élargissons les évocations aux cousins.

La crédibilité et la reconnaissance de l'expertise de la fratrie reposent sur le partage d'une expérience similaire en ski de bosses (entraînement et compétitions) et la reconnaissance de compétences techniques critiques :

> Parce que je sais qu'il a de l'expérience fait que il sait qu'est-ce qu'il parle (178). Ça doit m'aider là. Parce que si je serais enfant unique ou je n'aurais pas personne qui ferait ça dans ma famille, y'aurait personne qui

> pourrait me comprendre tandis que lui il sait vraiment là. Tsé il sait tout là (ÉQ13F, 180).

> ÉNC9F, je trouve qu'elle skie bien, elle a vraiment une belle ligne de ski, pis elle travaille fort là-dessus. Elle pouvait m'aider pis avoir un autre point de vue, pour venir m'aider, parce que moi c'est un problème (240). Je sais qu'elle m'aidait avec les affaires qu'elle disait (ÉQ15H, 242).

2.5.3.4.1. La fratrie favorise la mise en place des activités privées

Deux skieurs (ÉNA4H, ÉQ16H) évoquent avoir réalisé des activités privées de "Jeu délibéré – Sauter sur la neige" et "Jeu délibéré – Trampoline maison" suivant l'offre d'étayage de leur frère aîné ou cousin aîné. Deux skieurs (ÉNA3H, ÉNC9F) évoquent avoir initié l'étayage de l'activité privée de son frère ou sa sœur. Ces étayages de la fratrie influent sur la mise en place des activités privées, et ce, de deux manières : a) par la demande de soumission aux exigences d'un aîné ; b) par l'initiation d'un enseignement.

2.5.3.4.1.1. Le skieur se soumet aux exigences d'un aîné

Le frère aîné d'ÉNA4H et le cousin plus âgé d'ÉQ16H initient la mise en place d'activités privées en exigeant de leur benjamin qu'il exécute un saut au-delà de sa compétence. À titre d'illustration, ÉNA4H évoque à plusieurs reprises des activités privées menées avec son frère aîné, lors desquelles celui-ci exigeait de lui qu'il réalise des sauts et/ou des mouvements que ni lui, ni ÉNA4H ne savaient encore effectuer :

> Là mon frère il dit : « Fais des mistys[95] ». Puis là, je me rappelle, je fais des mistys, puis je tombe dans la grosse neige folle. C'était ben drôle (ski libre, 318). Il faisait : « Fais ça », puis pars de même puis ça va bien aller. C'est assez grand frère, là. Il te dit pour te mettre en confiance, puis il veut rire un peu de toi à travers ça (320). C'est ce que je pense, moi si j'étais un grand frère c'est de même que je penserais. Tu utilises le petit frère qui se garroche (exécuter sans technique un saut), qui fasse plein de trucs, puis toi tu ris un peu (322). Quand ses amis venaient. Quand ses chums venaient, tout le monde se pitchait, là ils voulaient tous qu'on en fasse tout le temps plus, qu'on se pitche un peu plus parce que moi, j'étais le jeune, tsé, j'étais (...) qui se faisait maltraiter, fait que j'étais le gars qui fallait qui se pitche, qui essaye des tricks (manœuvres innovatrices) (394).

Dès lors, la nature de cet étayage crée une règle (exigence) à laquelle le skieur plus jeune doit répondre et procure des objectifs de réalisation d'exécution motrice permettant le dépassement du niveau actuel du skieur. Ce faisant, l'étayage crée l'activité privée menée, en correspondance avec les critères du jeu délibéré.

2.5.3.4.1.2. La fratrie initie un enseignement

L'aîné du skieur, membre de l'ÉN (n = 2 ; ÉNA3H, ÉNC9F), offre un enseignement à son frère ou à sa sœur membre de l'ÉQ. À titre d'illustration, ÉNC9F enseigne à son frère des habiletés techniques non travaillées dans l'ÉQ (ÉQ15H) :

> Je pense que c'était plus de l'autre bord pour moi, j'essayais de lui expliquer des choses parce que moi je voyais quelque chose de différente manière ou je lui demandais tu travailles tu là-dessus (...) Moi c'est plus par après quand j'ai appris quelque chose de l'équipe nationale. Certains points techniques, mettons qu'on n'avait pas travaillé sur l'EQ vu que j'ai passé par là. J'ai comme demandé s'il travaillait ça (126).

---

[95] Rotation simultanée de 360° horizontale et verticale dans une position groupée donnant un axe de 30°.

Cette catégorie d'étayage favorise la mise en place de l'activité privée "Pratique Spontanée – Parler" et permet au skieur d'être exposé à des habiletés qui ne sont peut-être pas travaillées en milieu institutionnel.

2.5.3.4.2. La fratrie influence le déroulement des activités privées

Huit skieurs (ÉNA3H, ÉNA4H, ÉNB5H, ÉNB6H, ÉNC9F, ÉQ12F, ÉQ13F, ÉQ15H) évoquent bénéficier d'étayage de leur fratrie et ce, de trois manières : a) par l'enseignement des habiletés techniques à la demande du frère ou de la sœur ; b) par l'offre d'un étayage d'émulation explicite et implicite; c) par l'appréciation affective et technique de l'exécution motrice.

2.5.3.4.2.1. La fratrie enseigne des habiletés techniques à la demande du frère ou de la sœur

Tout comme les entraîneurs et les parents, la fratrie offre un enseignement (n = 4 ; ÉNA3H, ÉNB5H, ÉNC9F, ÉQ15H) et ce, à la demande du frère ou de la sœur. Cet enseignement est plus fréquemment offert au benjamin. L'exemple suivant illustre comment la benjamine (ÉQ13F) demande à son frère de l'aider à résoudre des difficultés éprouvées dans la piste, difficultés qu'elle-même n'arrive pas à résoudre seule (Tableau 2.10) :

Tableau 2.10. Comparaison de l'étayage par enseignement : étayé et étayeur

Demande d'étayage d'enseignement par ÉQ13F	Évocation de l'étayage offert par ÉNB5H
J'ai quelque chose j'ai de la misère un saut à reprendre dans la piste des fois je peux lui en parler : « Comment je pourrais faire ÉNB5H, t'as-tu des conseils ou tu peux-tu m'aider ». Pis souvent yé là pour m'aider là (182). Mettons qu'un saut qui a pas bien été, j'ai tombé ou à une place j'ai tombé pis je sais pas pourquoi. Je peux lui dire ÉNB5H, jette donc un coup d'œil, pourquoi j'ai tombé là je ne comprends pas (628).	J'essaie de lui donner des conseils là. Mais en même temps je veux pas trop embarquer dans ses affaires. Je veux qu'elle apprenne par elle-même là, c'est pas à moi de tout lui montrer à elle. Mais, des fois je peux lui donner un petit conseil ou l'encourager. ça je le fais souvent là (309).

La mise en correspondance des deux évocations démontre une cohérence entre les deux expériences. À la différence de l'évocation de l'étayée, l'étayeur nuance son étayage en sous-entendant qu'il ne prend pas le rôle d'entraîneur avec elle.

Seul le skieur ÉNA3H évoque de manière détaillée cette catégorie d'étayage. En effet, lors de son activité privée "Autres – Étayer d'autres personnes", ÉNA3H évoque un étayage par enseignement de la technique permettant de skier vite. Son étayage repose sur la possession d'un modèle de la tâche, provenant entre autres de l'étayage reçu par son père. Cet étayage se produit en cinq temps : 1) le skieur offre une démonstration de l'habileté à maîtriser ; 2) il lui propose une métaphore pour comprendre le transfert de poids d'un ski à l'autre ; 3) il observe ce qu'elle fait et lui propose un enseignement sur la manière de corriger ce qu'elle fait ; 4) il lui propose une méthode pour mettre en pratique cette nouvelle technique ; 5) cette partie représente le modèle de la tâche que possède ÉNA3H :

> (1) Je faisais des démos un peu. J'exagérais les démos. (2) Mettons, j'lui disais, pour pas qu'elle aille passer ses pieds d'un bord pis déraper des pieds de l'autre, j'lui disais comme, tsé pense à... t'as deux poutres pis faut que tu tombes tout l'temps en équilibre sur une, en équilibre sur l'autre. Une jambe, une jambe. Pis là j'étais là comme, une jambe, va porter l'autre jambe. (3) Pis à mettons elle prenait une bosse en dérapant,

> pis elle allait tout suite déraper l'autre, j'étais là… » si tu peux juste, tu peux encore déraper c'est correct mais juste dès qu'tu passes, attends, attendre, être patient pis déraper ». (4) Pis là j'faisais, tsé tu peux lui faire prendre en breakant (freinant) trois bosses, pis faire attends, dérape, attends, dérape, attends, dérape. (5) Pis juste ça, t'as l'impression que la personne est plus directe. C'est comme le moment anyway, le moment de déraper, y'a tout l'temps un moment que tu vas être un peu dans les airs, pis ce moment-là il sert à rien. Tsé tu perds pas, tu vas pas perdre d'la vitesse à cause t'es de-même tsé, si tu restes de même c'est la même affaire, pis tu vas déraper après. Ça parait juste mieux (179).

2.5.3.4.2.2. La fratrie offre un étayage par émulation explicite et implicite

La mise au défi ou la compétition entre frères et sœurs lors de jeux délibérés produit deux types d'émulation : l'émulation « explicite » et l'émulation « implicite ». L'émulation explicite suppose une interprétation conjointe de la situation comme une situation d'émulation et une volonté de dépasser la performance de l'autre et/ou de relever le défi (n = 5 ; ÉNA3H, ÉNA4H, ÉNB6H, ÉQ12F, ÉQ15H) :

> On se lançait des défis, sans nécessairement être en compétition entre nous autres (531). Mettons, moi je lui disais : - skie plus vite, pis elle me disait : - tourne moins vite les skis. Mettons, on faisait une run, j'me mettais à côté d'elle, elle essayait de suivre mon rythme. Pis elle skiait devant moi, et elle me disait : essaie de suivre ma ligne de ski ("Jeu délibéré – Ski libre", ÉQ15H, 533).

L'émulation implicite suppose de dépasser le niveau de performance du frère ou de la sœur sans que celui-ci ou celle-ci en ait conscience. Ainsi, l'émulation offre au skieur un modèle de performance à dépasser, lui procurant ainsi une direction dans le déroulement de son activité. À titre d'illustration, le skieur (ÉNA3H) mène son activité privée ("Jeu délibéré – Trampoline maison") avec l'enjeu de dépasser son frère :

> Mon frère est tout l'temps, c'qui était bon c'était, y'était plus vieux pis y'a tout l'temps été comme, tsé y'était plus grand, y'était un p'tit peu meilleur en tout (...) Quand on a commencé à faire de la trampo, y'a appris à faire des backs avant moi faque là moi j'avais tout l'temps mon grand frère qui était plus fort pis j'voulais tout l'temps essayer d'le battre. (...) En trampo il me battait, il faisait des plus gros trucs que moi. Pis là un moment donné moi ça comme fait foup (dépassement) en trampo, foup, foup foup foup (...) c'était vraiment bon d'avoir mon frère (169).

D'ailleurs, l'émulation est reconnue comme étant bénéfique au déroulement des activités privées menant à l'expertise puisque celle-ci motive ÉNA4H et son frère à travailler fort lors de leurs activités privées ("Pratique spontanée – Rampe d'eau") :

> J'étais avec mon frère. C'est mon frère qui me poussait sûrement (290). Que ce soit juste m'entraîner quand on allait à Québec, pis que c'est pas facile (...) quand t'as ton horaire pour aller au gym, pis faut que tu ailles tout seul tout le temps, ce n'est pas évident, pis quand t'as un frère qui s'entraîne avec toi tout le temps, ben, pour les deux c'était une source de motivation, puis mon frère me l'a déjà dit : « Si t'avais pas été là avec moi sur l'équipe, je me serais entraîné pas mal moins fort, parce que je te voyais t'entraîner vraiment fort, puis progressivement vite puis me rattraper. » Moi, je me bottais le cul, puis je m'entrainais encore plus fort, puis etc. Donc, ça nous a aidé à se pousser un peu puis à se motiver (376).

Bref, l'étayage par émulation peut à la fois servir à l'amélioration d'une habileté physique, mais également à nourrir la motivation à l'entraînement.

2.5.3.4.2.3. La fratrie offre une appréciation affective et technique de l'exécution motrice

Tout comme les parents, la fratrie, et tout particulièrement les frères, offre un étayage d'appréciation affective et technique de l'exécution motrice (qualité d'exécution) (n = 2 ; ÉQ12F, ÉQ13F). Dans l'exemple qui suit, cette appréciation affective et technique

de l'exécution motrice se produit par la comparaison des performances de l'un et l'autre ("Pratique spontanée réflexive – Vidéos de soi") :

> On se comparait (sur vidéo) pis toute parce qu'on a commencé en même temps, un moment donné (128). On se disait juste qu'on comparait nos sauts, de comme, mettons à c'était laid ou à c'était beau là. Mais tsé à 12 ans on ne connaissait pas ce qui était bon ou pas bon là. C'était juste comme essayer (142). On était capable de dire que ça ce n'est pas correct (170). Mettons que tout était beau, on était comme ça c'était beau (ÉQ12F, 172).

L'appréciation affective et technique influe les informations regardées et appréciées et, par conséquent, le déroulement de l'activité privée.

2.5.3.5. L'étayage des coéquipiers influence la mise en place et le déroulement des activités privées

Bien que les frères et sœurs puissent être en même temps des coéquipiers ou des coéquipières (il s'agit donc d'un mésosystème), la relation familiale domine dans l'évocation des étayages reçus par les skieurs. Les coéquipiers et coéquipières font partie, pour nos participants, d'un microsystème distinct. Le microsystème des coéquipiers correspond ici aux skieurs de bosses d'une même équipe et/ou à des skieurs d'une autre équipe de ski de bosses, quel que soit leur niveau de performance.

Tous les skieurs ont mené, à un moment donné, des activités privées en présence de coéquipiers et ceux-ci occupent une place centrale dans les activités privées menées par les skieurs de bosses. Contrairement aux entraîneurs, aux parents et à la fratrie, les skieurs de bosses ont la possibilité de choisir leurs coéquipiers-étayeurs.

2.5.3.5.1. Le genre, l'amitié et l'accessibilité des coéquipiers orientent le choix de l'étayeur

La présence d'étayage par les coéquipiers est dépendante du choix de l'étayeur par le skieur étayé. Ce choix de l'étayeur repose sur trois critères : 1) le genre ; 2) le lien significatif entre eux ; 3) l'accessibilité à l'étayeur.

Tout d'abord, tant les skieurs que les skieuses sont étayés par des skieurs (excepté ÉQ15H qui est étayé par sa sœur et ses coéquipières). Le choix d'un étayeur masculin pour les skieuses est volontaire :

> Je le ferais pas avec n'importe qui parce que y'en a je suis pas capable d'entendre ce qu'ils ont à dire, tsé à mettons, je le ferais pas avec une fille, j'aimerais pas ça qu'elle me coach, tandis que y'en a que ça me dérange pas qu'y me coach, je sais que quand il le dit, il le dit pas pour te rabaisser, y'a une bonne façon de le dire, tu peux pas faire ça avec n'importe qui mais avec ÉQ15H ça marche pis ÉNC8H. Aussi, c'est pas mal les deux seuls avec qui je le fais (ÉNC10F, 430).

Ensuite, les skieurs choisissent d'être étayés par des skieurs avec qui ils ont un lien d'amitié et de proximité :

> Mettons sur l'EQ, comme tu avais mentionné Peter, moi j'ai skié énormément avec lui parce que, premièrement, j'ai eu beaucoup de plaisir avec lui en général. Puis, euh, ben là à ce moment-là oui c'est vrai que quand on skiait nous deux ensemble, on s'aidait mutuellement là (...) je dirais que ce n'est pas arrivé avec tout le monde que j'ai fait ça (ÉNA2H, 170).

Enfin, l'accessibilité au coéquipier détermine le choix de celui-ci comme étayeur (voir la section 2.5.2.1.4.). Par exemple, le skieur ÉQ14H, qui considère ÉNA1H et

ÉNA3H comme des modèles d'exécution pour les sauts, sollicite ÉNA3H puisqu'il est plus accessible :

> Côté saut je prends vraiment beaucoup plus ÉNA3H. Mais c'est dur, mais je prends vraiment plus ÉNA3H. Parce que ÉNA1H, c'est très difficile de voir des vidéos de lui. Ben, presque jamais, pis... ÉNA3H je le côtois un petit peu. ÉNA1H... Pas pantoute. Pis c'est ça. ÉNA3H est plus accessible qu'ÉNA1H (559).

2.5.3.5.2. Catégories d'étayages des coéquipiers

L'étayage par des coéquipiers est modal dans l'ensemble des étayages évoqués par les skieurs de bosses. Nous distinguons sept formes d'étayage[96] par les coéquipiers dont cinq sont communes avec la fratrie (Tableau 2.11).

---

[96] L'étayage précis n'a pu être obtenu pour trois skieurs (ÉNC7H, ÉQ14H, ÉQ16H) tel qu'illustré par l'extrait suivant : « *Ça arrivait des fois avec mes amis. De skier avec mes amis, sinon avec Florian, avec. Ouin, souvent avec mes amis pis avec des fois Florian, Florian il allait souvent, j'allais l'accompagner à Mont5 (269)* ».

Tableau 2.11. Étayage commun entre la fratrie et les coéquipiers

Catégories d'étayages	Description de la catégorie	Fratrie	Coéquipiers
ÉTAYAGE FAVORISANT LA MISE EN PLACE DES ACTIVITÉS PRIVÉES			
Soumission à l'exigence d'un aîné	L'étayeur exige du skieur benjamin qu'il exécute un saut au-delà de sa compétence.	Oui	Oui
Offre un enseignement	L'étayeur initie un enseignement à un autre skieur.	Oui	Oui
ÉTAYAGE INFLUENCANT LE DÉROULEMENT DES ACTIVITÉS PRIVÉES			
Enseignement d'habiletés techniques à la demande	L'étayeur répond aux demandes d'enseignement formulées à son endroit afin de contribuer à la résolution d'un problème technique.	Oui	Oui
Appréciation affective et technique de l'exécution motrice[97]	L'étayeur offre son appréciation affective et technique de l'exécution motrice.	Oui	Oui
Émulation	Le skieur veut dépasser les compétences de son adversaire et/ou réaliser un défi.	Oui	Oui
Observation et prescription pour l'exécution motrice	L'étayeur observe la performance du skieur et lui procure des prescriptions d'exécution.	**Non**	Oui
Support motivationnel	L'étayeur offre un support motivationnel au skieur lors de l'activité privée.	**Non**	Oui

2.5.3.5.3. Les coéquipiers favorisent la mise en place des activités privées

Tout comme l'étayage reçu par la fratrie, l'étayage par soumission à l'exigence de l'aîné (n = 2 ; ÉQ15H, ÉQ16H) et l'étayage d'offre d'enseignement (n = 3 ; ÉNB5H, ÉQ14H, ÉQ16H) des coéquipiers favorisent la mise en place des activités privées. Plus précisément, la soumission à l'exigence favorise les jeux délibérés et l'offre d'enseignement favorise les pratiques spontanées.

[97] Cet étayage se produit tant pour les activités privées motrices que réflexives (ex. visionnement de vidéos).

2.5.3.5.4. Les coéquipiers influencent le déroulement des activités privées

À nouveau les coéquipiers offrent des étayages similaires à ceux de la fratrie : tout d'abord, en répondant par un enseignement à la sollicitation d'étayage de leur coéquipier (n = 5 ; ÉNC7H, ÉNC9F, ÉNC10F, ÉQ12F, ÉQ14H), puis en offrant une appréciation affective et technique de l'exécution motrice (n = 6 ; ÉNA3H, ÉNC8H, ÉNC10F, ÉQ14H, ÉQ15H, ÉQ16H). Ensuite, lors des "Jeux délibérés" et des "Autres – Mixte", les étayages par émulation des coéquipiers favorisent l'acquisition de nouveaux mouvements ou l'amélioration des habiletés (n = 8 ; ÉNA2H, ÉNA3H, ÉNA4H, ÉNB6H, ÉNC8H, ÉQ15H, ÉQ16H, ÉQ17F) :

> Je n'essayais pas beaucoup de nouvelles choses quand j'étais tout seul (trampoline). Quand tu es avec 2-3 amis que là on se challenge ben c'est certain que tu apprends beaucoup plus vite. Comme les jeux Adon (132). Quand tu apprends ensemble c'est juste facile, il y en a qui disent « il faut que tu fasses ça » ben l'autre il l'a eu ben tu n'as pas le choix faut que tu le fasses, tu l'atterris toi aussi. Tu te challenges de même (ÉNB6H, 134).

Les deux catégories d'étayages non partagées par la fratrie sont détaillées ci-dessous : a) les coéquipiers observent et prescrivent des corrections ; b) les coéquipiers offrent un support motivationnel pour l'exécution motrice.

2.5.3.5.4.1. Les coéquipiers observent et prescrivent des corrections pour l'exécution motrice

Tout comme les parents, les coéquipiers observent dans un premier temps l'exécution du skieur. Puis, dans un deuxième temps, il lui fournit une prescription d'exécution technique (n = 8 ; ÉNA2H, ÉNB5H, ÉNC8H, ÉNC10F, ÉQ13F, ÉQ14H, ÉQ15H, ÉQ16H) qui ressemble au discours technique de l'entraîneur (« coachait ») :

> Je skiais avec lui on se la fait ensemble (la descente en ski de bosses), on on se la fait ensemble pis je disais ok cette run là moi je m'en vais en bas, je descends avant toi je te regarde, l'autre run toi tu descends, toi tu me regardes, on faisait souvent ça (...), y me coachait pis moi je le coachais, tsé veut veut pas, j'en ai fait tellement longtemps que tsé, je suis capable de coacher (ÉNC10F, 398).

L'exemple ci-haut illustre une réciprocité dans les échanges d'étayages d'observation et de prescriptions lors d'une "Pratique spontanée – Ski libre" pour deux coéquipiers.

2.5.3.5.4.2. Les coéquipiers offrent un support motivationnel pour l'exécution motrice

Lors de la "Pratique spontanée – Ski libre", la skieuse ÉNC10F skie en compagnie de son coéquipier ÉQ15H, qui étaye sa pratique en lui offrant un support motivationnel et une méthode pour mettre en pratique une nouvelle technique :

> Il m'encourageait, y me disait juste faut pas que t'aille peur pis vas-y pour vrai, fait le pendant 5 bosses, pis après arrête, pis après fais-le pendant 10 bosses pis après arrête, ça va juste être de plus en plus, plus en plus que t'essaies, plus ta limite est plus loin, tu la pousses un peu plus loin, ça t'aide, chus partie que ma limite était comme iii pis là je perdais le contrôle, ben je perdais pas vraiment le contrôle mais dans ma tête, c'était

> perdre le contrôle pis à la fin ben c'était pas mal plus vite (...) j'aime ça faire ça, je vais encore le faire, dès qu'on est là les deux pis qu'on s'entraîne pas c'est sûr qu'on le fait. Tant qu'à aller skier pour skier je préfère faire ça (ÉNC10F, 424).

Ainsi, cette catégorie d'étayage influence le déroulement de l'activité privée en offrant au skieur la possibilité de se focaliser sur l'amélioration d'une habileté particulière.

Bref, les coéquipiers offrent les mêmes catégories d'étayages que les autres membres de l'entourage du skieur et, à celles-ci s'ajoute l'étayage exclusif de support motivationnel.

2.5.3.5.5. L'étayage des coéquipiers se distingue de celui des entraîneurs

Au cours des entretiens, des skieuses (n = 3 ; ÉQ13F, ÉNC10F, ÉE12F) évoquent comment l'étayage reçu par leurs coéquipiers diffère de celui des entraîneurs, et ce, de trois manières :

a) par une analyse et une rétroaction différente de la performance exécutée : « *C'est différent de quand tu as ton vrai coach là. Des fois ils peuvent te dire des choses que le coach il ne remarque pas ou ce n'est pas toujours les même choses qu'ils te disent (ÉQ13F, 92)* » ;

b) par l'absence de lien contractuel entre le skieur et son coéquipier-étayeur laissant place à une rétroaction plus véridique : « *Je le paye pas, tsé y me le dit franchement, on dirait que c'est plus franc (ÉNC10F, 412)* » ;

c) par une expérience partagée de la piste de bosses skiée, occasionnant une compréhension commune du niveau de difficulté de la piste :

> Les coachs, tsé ils voient mettons qu'il y a un problème, eux ils la skient pas la ligne. Ils savent que la bosse est à droite, faque tsé, ils vont dire par rapport à ça, ben prend le saut plus à droite ou à gauche dépendamment où est le saut. Mais tsé, tandis qu'un autre dans l'équipe, il la skie toute la ligne, faque tsé eux ils peuvent me dire, qu'est-ce qu'ils font, ils peuvent m'aider, me donner des trucs (ÉQ12F, 368).

2.5.3.6. Tous les microsystèmes offrent des étayages pour la mise en place et le déroulement des activités privées

En somme, l'ensemble des processus proximaux d'étayages présents dans les microsystèmes des entraîneurs, des parents, de la fratrie et des coéquipiers contribuent à la mise en place des activités privées. Certaines catégories d'étayages sont partagées par plus d'un microsystème (étayages d'enseignement, de soumission aux exigences et de prescriptions) et d'autres sont exclusives à un microsystème (étayages d'introduction, d'application du curriculum d'acquisition d'habiletés, de soutien à l'explicitation et de co-construction) (Figure 2.3).

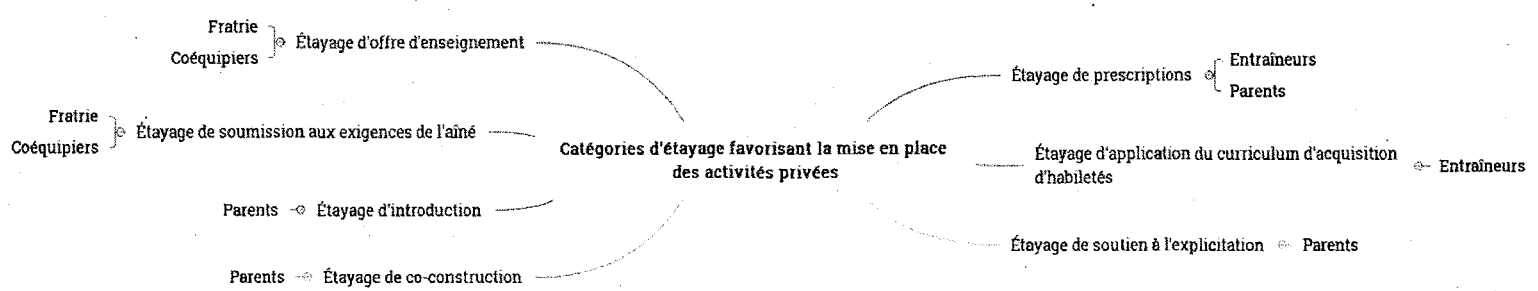


Figure 2.3. Schéma des étayages favorisant la mise en place des activités privées selon les microsystèmes

De même, l'ensemble des processus proximaux d'étayages présents dans les microsystèmes des entraîneurs, des parents, de la fratrie et des coéquipiers contribuent au déroulement des activités privées. L'étayage par enseignement est présent dans tous les microsystèmes tandis que les étayages par émulation, observation, prescriptions et appréciation affective et technique sont partagés par plus d'un microsystème. Les étayages de support motivationnel, de co-action, d'identification des erreurs, de réassurance, d'exécution motrice sécuritaire, d'encouragement, de signalisation des informations considérées et de co-analyse sont exclusifs à un microsystème particulier (Figure 2.4).

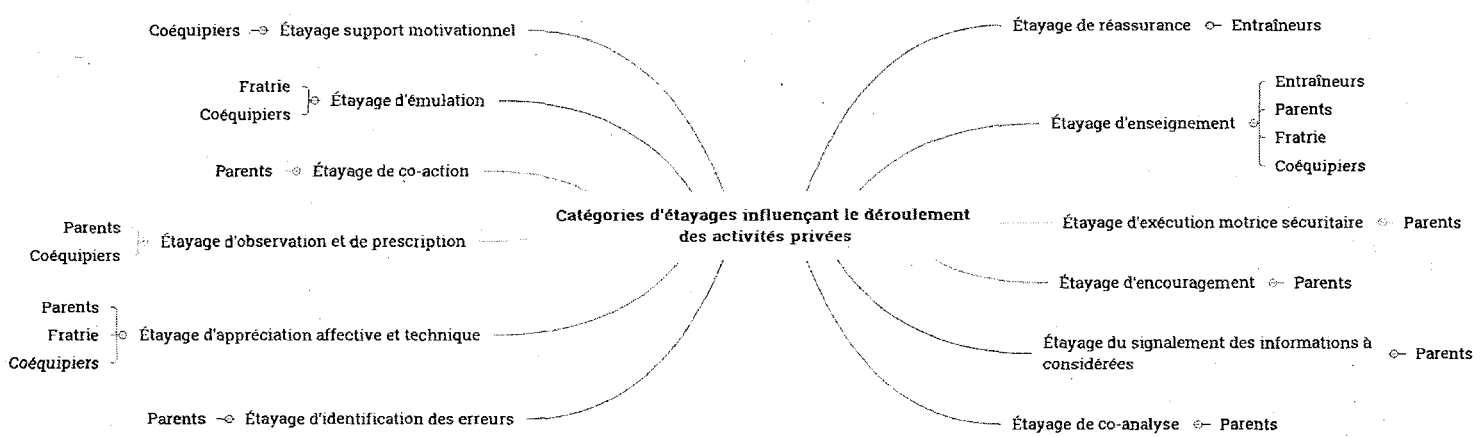


Figure 2.4. Schéma des étayages influençant le déroulement des activités privées selon les microsystèmes

Enfin, la fréquence d'évocation varie selon les catégories d'étayage (Tableau 2.12). L'étayage par enseignement correspond à la catégorie modale. En effet, celle-ci est la catégorie d'étayage la plus fréquemment évoquée. La deuxième catégorie d'étayage la plus fréquente est l'appréciation affective et technique de l'exécution motrice. Trois catégories d'étayage (introduction à l'activité privée, support motivationnel et identification des erreurs commises) ont été évoquées par un skieur seulement.

Tableau 2.12. Fréquences d'évocation des catégories d'étayages selon les microsystèmes

Catégories d'étayages	Microsystème des entraîneurs	Microsystème des parents	Microsystème de la fratrie	Microsystème des coéquipiers	Totaux
Étayages influant sur la mise en place des activités privées					
Prescription de l'activité privée	4	1			5
Retour à l'application du curriculum d'acquisition d'habiletés dans l'activité privée	2				2
Soutien à l'explicitation des sensations et auto-appréciation dans l'activité privée		3			3
Co-construction de l'activité privée		2			2
Introduction d'une activité privée		1			1
Soumission aux exigences de l'aîné			2	2	4
Enseignement initié			2		2
Étayages influant le déroulement des activités privées					
Réassurance du skieur sur sa compétence en la validant	6				6
Enseignement d'habiletés techniques	3	3	4	7	17
Souhait d'une exécution exempte de danger		2			2
Offre un encouragement		2			2
Signalement des informations à observer dans une vidéo		2			2
Co-analyse de l'exécution d'une habileté sur vidéo		2			2
Appréciation affective et technique de l'exécution motrice		5	2	6	13
Identification des erreurs commises		1			1
Observation et prescription de corrections pour l'exécution motrice		4		1	5
Co-action dans l'activité privée		2			2
Dépassement de la performance de l'autre (émulation)		1	5	8	14
Support motivationnel				1	1

2.5.4. L'ontosystème contribue à la mise en place et au déroulement des activités privées

Les performeurs élites peuvent construire eux-mêmes leur pratique délibérée s'ils ont atteint un niveau suffisamment élevé de maîtrise (Plant et al., 2005). En contradiction avec cette affirmation, les skieurs de bosses mettent en place et réalisent eux-mêmes des activités privées, telles la pratique spontanée (motrice et réflexive) et la pratique délibérée (motrice et réflexive) bien avant d'atteindre le circuit de la Coupe du monde (section 1.6.5. de la première partie de la thèse).

La présence de ces activités privées menées seules s'explique, entre autres, par la dépendance de celles-ci à la disponibilité de l'entourage social, des artefacts et de l'espace spatio-temporel disponible (section 2.5.2.). En effet, devant l'impossibilité de bénéficier d'un étayage de l'entourage social ou par le fait d'être en déplacement, le skieur peut seulement réaliser des activités privées seul. Néanmoins, il est également possible que le skieur privilégie les activités privées menées seul plutôt que celles menées en présence de l'entourage social.

L'absence de l'entourage social dans les activités privées sous-entend la disparition de la rétroaction externe influant la mise en place et le déroulement des activités privées. Ainsi, pour pallier cette absence, les skieurs développent des moyens pour obtenir une rétroaction sur la qualité de leur activité et pour la réguler. Ces moyens permettent au skieur d'autoréguler leur activité privée. Cette autorégulation est définie par Zimmerman (2000, p. 14) comme « l'auto-génération planifiée et cyclique

des pensées, des émotions et des actions s'adaptant à l'atteinte de buts personnels » [Trad. libre][98].

2.5.4.1.L'autorégulation favorise la mise en place des activités privées

Au moment de mettre en place ses activités privées "Pratique délibérée – Cours de trampoline" et "Pratique spontanée réflexive – Vidéos des autres" le skieur (ÉQ14H) mobilise deux moyens a) le discours technique des entraîneurs ; b) la feuille de pointage des juges.

2.5.4.1.1. Les skieurs mobilisent le discours des étayeurs pour mettre en place leurs activités privées

En l'absence de tierce personne, les skieurs mobilisent les discours techniques reçus dans les différents microsystèmes (excepté celui des coéquipiers qui n'est pas évoquée dans aucun entretien). De cette manière, ils peuvent mettre en place et décider le plan d'action à réaliser lors de l'activité privée.

ÉQ14H mobilise le discours de l'entraîneur, c'est-à-dire un discours technique de modélisation et de prescriptions du geste moteur, composé de lois, de règles, d'explications logiques ou physiques (Durand et al., 1993) pour déterminer la mise en place de son activité privée. Par exemple, l'exécution du cork sur le trampoline :

---

[98] Self-generated thoughts, feelings, and actions that are planned and cyclically adapted to the attainment of personal goals.

> J'ai refait des éducatifs. Un moment donné, ça a juste décliqué (231). Je les avais déjà fait. Ils me disaient toujours : « avant que tu fasses un cork faut que tu fasses ça ça ça, maintenant faut que tu rentres dans le cork » pis c'est c'est ça, c'est pas mal ça que je faisais (ÉQ14H, 235).

2.5.4.1.2. Les skieurs mobilisent le pointage des juges pour sélectionner l'activité privée à mettre en place

Un skieur (ÉQ14H,) met en vis-à-vis les feuilles de jugement de compétition et les vidéos des performances des autres skieurs. En identifiant le saut ayant reçu le meilleur pointage, il sélectionne un modèle d'exécution apprécié par les juges lui permettant de saisir ce qu'est un saut parfait: « *En regardant encore la feuille de score, comme mettons pour un backfull il (ÉNA3H) a coté 2,5 2,5. Je le regarde. Je vois vraiment qu'il est vraiment parfait. C'est ça que je veux atteindre (893)* ».

2.5.4.2. Les skieurs de bosses autorégulent le déroulement de leurs activités privées

Douze skieurs de bosses mobilisent différents moyens pour obtenir une rétroaction du déroulement de leur activité qui, en retour, leur indique comment réguler la poursuite de l'activité privée. Ces moyens se présentent de quatre manières : a) la mobilisation du discours des étayeurs ; b) la création d'artefacts vidéo ; c) la création d'un modèle de performance idéale ; d) le décodage des ressentis proprioceptifs.

2.5.4.2.1. Le réinvestissement du discours des étayeurs oriente le regard des skieurs lors des activités privées réflexives

Le réinvestissement du discours technique des entraîneurs oriente les informations sélectionnées par les skieurs lorsqu'ils s'observent sur vidéo (n = 6 ; ÉNC8H, ÉNC10F, ÉQ12F, ÉQ13F, ÉQ14H, ÉQ16H) :

> On en fait en bas de la piste. Ils zooment sur ce qu'il faut que j'améliore, après chus capable de faire la même chose avec le mien (618). Avec le feedback que j'ai, à force d'en faire que maintenant je sais où regarder, mes faiblesses, c'est quoi mes forces (Vidéos de soi, ÉNC10F, 620).

et/ou lorsqu'ils observent les autres sur vidéo (ÉNC10F) :

> Je savais ce que les coachs voulaient que moi je fasse pis je voyais que eux le faisaient, c'est sûr qu'ils le faisaient, c'était les meilleurs que je regardais. Tsé, je le regardais tout le temps comme une fois pour le fun pis après je faisais des pauses pour voir (Vidéos des autres, ÉNC10F, 349).

Encore plus, le skieur ÉQ14H se crée un moyen visuel – basé sur les éducatifs et les prescriptions de ses entraîneurs – pour obtenir une rétroaction sur la qualité de son exécution et pour autoréguler sa "Pratique spontanée – Trampoline maison" :

> J'avais un filet. J'y allais un petit peu où sont les branches des, les branches pour tenir le filet. Tsé je partais d'une branche pis après ça je calculais que ça c'est à 90° faut que j'arrive là. Pis après je calculais un petit peu si j'arrivais à 90° j'étais correct (237). Si je partais bien pis j'arrivais bien à 90° ça veut dire que je suis bien parti. J'ai pas été trop vite. La forme, je m'en préoccupais un petit peu moins, parce que je la voyais pas. Après ça, si je tournais bien, j'atterrissais bien square. Dans ma tête, ça me disait bon, là je l'ai bien eu quand même (239).

Dans le même ordre d'idées, lors du visionnement sur vidéo de ses performances, une skieuse (ÉQ12F) considère le discours de sa mère juge concernant l'importance de la zone d'atterrissage et de l'entrée dans la ligne de bosse lors de l'évaluation de la performance :

> C'est ma mère qui m'avait dit ça. L'entrée après le saut, c'est comme la place où le monde perd beaucoup de points. Parce que c'est là l'endroit le plus facile où faire des erreurs. C'est la plus grosse difficulté dans le parcours, la reprise après le saut (ÉQ12F, 192).

Enfin, parmi les skieurs ayant bénéficié de l'étayage de la fratrie, une seule skieuse (ÉQ13F) mobilise l'enseignement de son frère lors du visionnement de vidéos d'elle-même : « *En plus de baisser vraiment tard, j'étais quand même droite dedans (backfull). En tout cas. Mettons que ce que mon frère m'a dit, je le regarde en pensant à ça, que ouin, il a raison que je baisse mon bras tard (582)* ».

2.5.4.2.2. La création d'artefacts vidéo permet l'autorégulation de l'activité

Lorsqu'il saute sur la neige ("Pratique spontanée – Saut sur la neige"), le skieur ÉNA2H sollicite ses amis pour qu'ils filment l'exécution de son saut. ÉNA2H obtient ainsi une rétroaction visuelle de son exécution motrice. Lors de son observation, il juge ce qu'il voit et selon le jugement qu'il fait, il modifie ou reproduit ce qu'il fera ensuite : « *De prendre la caméra avec deux amis qu'on se filme pis que, je regardais pis, si je n'aimais pas ce que je voyais, j'essayais de le changer pour que je l'aime (202)* ».

2.5.4.2.3. La création d'un modèle de performance idéale régule et oriente le déroulement de l'activité privée

Huit (ÉNA1H, ÉNA2H, ÉNA3H, ÉNA4H, ÉNB6H, ÉNC7H, ÉQ11H, ÉQ14H) skieurs ont élaboré un modèle de performance, c'est-à-dire le style de skieur qu'ils souhaitent atteindre. Cette construction repose sur l'identification des éléments techniques et esthétiques caractérisant les meilleurs skieurs de bosses de la Coupe du monde (exosystème), et ce, au moment où le skieur est membre de l'équipe régionale :

> Moi j'ai toujours été quand même beaucoup au look, au regard, moi je voyais quelque chose que j'aimais, puis, tsé j'ai toujours eu une image de comment je voulais skier ou quelque chose que je voulais, je voulais ressembler à ça. Puis quand je voyais quelque chose que j'aimais ben là j'essayais vraiment là de faire la même chose pour tsé pour plaire à moi-même tsé. Pour, même en ski de bosses, tsé, c'est, il y a beaucoup de beaucoup de façon de skier la bosse, il y a beaucoup de styles différents, puis même toi je suis sûr tsé on les aime pas tous les styles. Mais il y a un style que moi j'ai trouvé que j'ai « dit moi je veux skier comme ça, c'est comme ça que je veux, je veux lui ressembler » tu pars là-dessus puis, ensuite tu essaies de le skier comme l'image que tu as en tête (ÉNA2H, 152).

En choisissant le style de skieur de bosses (techniques de ski et de sauts) qui leur plaît (appréciation affective), les skieurs créent leur modèle (ontosystème) et ils cherchent une correspondance entre les mouvements qu'ils produisent et le modèle de performance idéale. La recherche de cette correspondance parfaite régule le déroulement de l'activité privée.

2.5.4.2.4. Le décodage des ressentis corporels régulent l'exécution motrice lors des activités privées

À la lumière de la section précédente, une unité parfaite entre « ce que le sujet sent qu'il a fait et l'image visuelle de ce qu'il veut faire » (Cadopi, 1995, p. 238) est nécessaire. C'est justement cette unité qui permet de réguler les activités privées motrices, tel qu'illustré par ÉNA1H :

> J'ai quand même des bons feelings de sauteur (...) J'ai pas besoin d'entraîneurs pour me dire que j'me suis couché dans le take-off (...) J'ai des bons sentiments avec toutes les années j'sais exactement c'que... (42). Mes sensations comment j'les vis quand j'suis sur la trampoline (...) souvent beaucoup de personnes qui vont plier les genoux à la sortie de, du, de la toile, ben ça je l'ai appris assez rapidement de finir mes extensions (...) j'ai développé avec les années en saut, pis avec mes années en trampoline que un bon sens aérien mais sens aussi corporel, de comment j'étais dans les airs, donc la plupart du temps j'avais pas vraiment de besoin d'un entraîneur pour faire d'la trampoline (ÉNA1H, 44).

La proprioception et les ressentis corporels procurent au skieur une indication du déroulement de l'activité privée et la manière (ex. aller plus vite, grouper, etc.) dont il doit réguler son activité.

2.5.4.3. La conduite d'une activité privée par soi-même est conditionnelle au temps du skieur

Le déroulement de l'activité privée de visionnement de vidéos de soi diffère selon l'étayeur, c'est-à-dire l'entraîneur ("Pratique délibérée réflexive – Vidéos de soi") ou le skieur lui-même ("Pratique spontanée réflexive – Vidéos de soi"). Cette différence se présente de deux manières. Tout d'abord, l'entraîneur et le skieur observent des

éléments tantôt similaires, tantôt différents. Ensuite, le skieur dédie autant de temps qu'il veut à son activité privée de visionnement tandis qu'avec l'entraîneur, il est limité à la disponibilité de celui-ci :

> Ça fait une différence parce que c'est deux visions différentes. L'entraîneur a peut-être pas la même vision que toi. Il va voir des choses que toi tu ne vois pas pis toi tu vas voir d'autres éléments qui vont plus t'accrocher que lui t'accroche moins qu'il va plus travailler (571). Les deux ouais c'est important. J'aime avoir l'avis du coach puis j'aime après ça, parce que le coach ça dure un certain moment tu peux pas checker une heure avec lui, il faut qu'il passe à d'autres choses. Sauf que moi je peux rester une heure (...) je peux prendre le temps que je veux à écouter les vidéos surtout de même sur ordinateur (ÉNB6H, 575).

Ainsi, la prise en charge de la réalisation d'une activité privée, par le skieur, lui offre la possibilité d'y dédier autant de temps qu'il le souhaite, et ce, jusqu'à ce qu'il obtienne réponse à son questionnement. En contrepartie, l'étayage de l'entraîneur permet de considérer des éléments qui n'étaient pas observés par le skieur.

En somme, les skieurs disposent de divers artefacts et moyens pour non seulement mettre en place leur activité privée, mais aussi pour autoréguler le déroulement de l'activité privée menée seul (Figure 2.5).

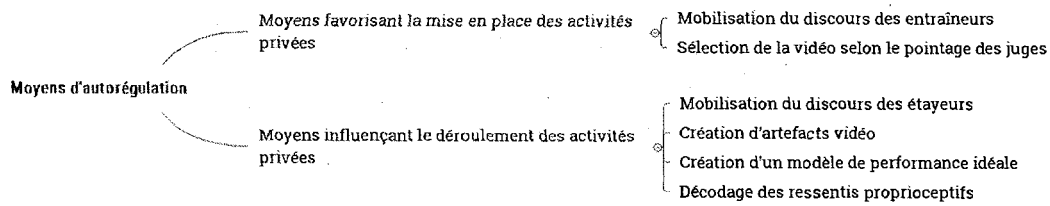


Figure 2.5. Schéma des moyens favorisant la mise en place et l'autorégulation du déroulement des activités privées

Ces moyens employés par le skieur pour réguler son activité privée seul relèvent à la fois de l'exosystème (vidéos de skieurs de la coupe du monde qui sous-tendent la construction du modèle de performance idéale, caméra vidéo) et du mésosystème (feuille de pointage des juges, discours des étayeurs), mais également de l'ontosystème (ressentis proprioceptifs, modèle de performance idéale). Dans seulement un cas, le microsystème offre une aide au skieur en filmant l'exécution motrice afin que celui-ci puisse évaluer et réguler son activité privée.

2.6. Discussion

L'objet de la présente partie était d'identifier les paramètres « Qui, Quoi, et Où, au moyen de quelle aide, et par qui : Pourquoi, Comment et Quand » (Robertson, 1946) ayant contribué au choix, à la mise en place, au déroulement et à l'apport des activités privées. Le modèle écologique du développement humain de Bronfenbrenner (1977, 1986, 1994), nous permet de saisir la contribution variable au cours du temps des ressources et des contraintes des milieux à l'exercice des activités privées et au développement de l'expertise et du talent.

En effet, l'analyse inductive générale a permis d'identifier que le choix et la mise en place des activités privées sont tributaires de la disponibilité des ressources

environnementales et sociales (tous les systèmes), mais aussi du contexte spatio-temporel (chronosystème). Le déroulement (régulation) des activités privées est subordonné aux processus proximaux liant le skieur à son environnement social et à lui-même (microsystème et ontosystème), mais également à l'utilisation d'artefacts provenant du mésosystème et de l'exosystème. Enfin, la contribution des systèmes au développement de l'expertise repose sur la qualité des processus proximaux (microsystème) et sur les propriétés des artefacts (microsystème et exosystème). L'apport de chacun des systèmes est présenté ci-dessous.

2.6.1. La contribution des microsystèmes dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées

La présence de l'entraîneur, du parent, de la fratrie et d'un coéquipier qualifie, en partie, la nature des activités privées évoquées par les skieurs de bosses. Les activités privées reposent ici sur la disponibilité et sur l'accessibilité de l'entourage social. Ainsi, l'apprentissage d'habiletés critiques relève d'un processus interpersonnel (Bloom, 1985a), c'est-à-dire des processus proximaux présents dans les microsystèmes entourant le skieur. En effet, ces processus proximaux présents dans les activités privées prennent la forme d'interventions et d'actions de l'entraîneur, d'un parent, du frère/de la sœur et/ou du coéquipier qui soutiennent l'activité de l'enfant (Bruner, 1983b). D'ailleurs, il est reconnu que les sportifs adolescents se fient souvent aux personnes significatives de leur entourage, comme leurs parents et leurs entraîneurs, pour avoir du soutien social, pour recevoir des conseils, et ce, plus que les sportifs adultes (Goyen et Anshel, 1998). En somme, ces interventions et ces actions renforcent le dépassement du niveau de développement actuel du skieur (reconnu par sa résolution de problèmes autonome) puisqu'elles se situent au sein de la zone proximale de développement (Vygotsky, 1985).

2.6.1.1.Microsystème des entraîneurs

Tout d'abord, l'expertise des entraîneurs privés embauchés par les parents des skieurs de bosses repose sur leurs expériences antérieures de compétiteurs en ski de bosses ou d'entraîneurs de l'ÉQ ou de l'ÉN. Dans le cas de la "Pratique délibérée – Journée optionnelle", les entraîneurs correspondent à ceux encadrant, au moment de l'évocation, l'ÉQ dont est membre le skieur de bosses.

Ensuite, les entraîneurs suscitent les "Pratiques délibérées". En effet, la possibilité de s'inscrire à des cours privés de ski, de trampoline et de rampe d'eau crée l'offre que les skieurs peuvent saisir pour développer leur expertise. Le processus proximal caractérisant ce microsystème repose sur quatre formes d'étayage. Tout d'abord, les entraîneurs étayent l'activité privée en enseignant un savoir-faire qui dépasse le niveau initial de l'apprenant (Bruner, 1983a; Wood et al., 1976) et qui prend la forme d'un discours technique (Durand et al., 1993). Ce faisant, l'enseignement moteur (Durand et al., 1993) procure au sportif des indications sur comment faire et comment réussir l'habileté motrice. Par cet enseignement de la technique, les entraîneurs donnent des objectifs dirigeant explicitement l'attention du pratiquant sur des aspects spécifiques permettant ainsi l'obtention d'un feedback de l'amélioration tout en l'aidant à identifier ses erreurs et ainsi faire les corrections nécessaires (Ericsson, 1998).

Par la suite, les entraîneurs étayent l'activité privée du skieur afin d'intégrer l'activité au sein du curriculum d'acquisition d'habiletés. Le rappel et le maintien du curriculum d'acquisition d'habiletés, par les entraîneurs, renforcent le rôle d'anticipation des demandes du niveau de performance experte par le professeur (Ericsson, 1998). Les entraîneurs procurent une simple tâche, par exemple skier en levant un pied pour travailler le transfert de poids, afin de servir de fondation à

l'acquisition d'habiletés plus complexes (ex. absorption des bosses avec une ligne de pente directe et à haute vitesse)[99] (Ericsson, 1998). Cette catégorie d'étayage rappelle ainsi le rôle du professeur comme détenteur du savoir menant à l'expertise (Ericsson et al., 1993) et comme directeur du développement d'habiletés techniques spécifiques (Monsaas, 1985). C'est d'ailleurs cette particularité de l'étayeur qui permet de différencier la pratique délibérée de la pratique spontanée et du jeu comme pratique (Côté et al., 2013). Or, tel que nous le verrons plus loin, un père, la fratrie et le skieur lui-même anticipent également les habiletés à développer.

Puis, l'avant dernière catégorie d'étayages évoqués correspond à la prescription d'activités privées. En recommandant des activités privées relatives à la préparation mentale, les entraîneurs guident explicitement les individus vers les habiletés à améliorer, conformément à l'un des critères de la pratique délibérée (Ericsson, 2009). Cette catégorie d'étayage corrobore ainsi le modèle de la pratique délibérée (Ericsson et al., 1993) en plus d'influencer le choix de l'activité privée à mener.

D'autre part, les entraîneurs offrent un étayage de réassurance et de validation de la compétence lorsque les skieurs se dévalorisent lors du visionnement de leurs performances. L'identification de cette forme d'étayage constitue un avancement dans les connaissances sur le rôle des entraîneurs dans la pratique délibérée puisque ce rôle n'est pas proposé dans la conceptualisation de la pratique délibérée d'Ericsson. En revanche, cet étayage se rapproche de la tutelle de contrôle de frustration chez Bruner (1983a) : il est moins périlleux ou éprouvant de conduire cette tâche (se regarder négativement) avec le tuteur (entraîneur) que sans lui. Cette articulation d'enjeux doit être rapprochée au concept de sentiment d'efficacité

---

[99] Cet exemple de discours de l'entraîneur n'est pas explicite dans le verbatim du skieur étant donné la présence d'un a priori de connaissances attribuées à la doctorante ayant un passé de compétitrice et d'entraîneure en ski de bosses.

personnelle (Bandura, 1997). L'étayage porte sur la composante de persuasion verbale et d'expérience vicariante du sentiment d'auto-efficacité lié à une catégorie de situations spécifiques (ex : une habileté spécifique).

Enfin, d'autres catégories d'étayages se produisent probablement au sein du processus proximal liant l'entraîneur au skieur, mais le choix méthodologique d'explorer plus en détails les activités privées menées en dehors de la présence des entraîneurs a possiblement limité l'évocation de la variété d'étayages que ceux-ci offrent lors des activités privées. Par exemple, devant une performance insuffisante devant être modifiée, les entraîneurs offrent des rétroactions soutenant l'autonomie de l'athlète en lui laissant choisir la solution à exécuter parmi plusieurs propositions (Carpentier et Mageau, 2013).

2.6.1.2. Microsystème parental

Le microsystème parental occupe, de façon cohérente avec des recherches antérieures (Bloom, 1985a; Côté, 1999; Durand-Bush, Salmela et Thompson, 2004; Ewing, Hedstrom et Wiesner, 2004; Harwood et Knight, 2015; Witte, Kiewra, Kasson et Perry, 2015; Wuerth, Lee et Alfermann, 2004) une place prépondérante dans le développement de l'expertise des skieurs de bosses. Nos résultats corroborent également que les parents initient l'enfant au sport (Bloom, 1985a; Durand-Bush et al., 2004; Wheeler, 2011; Witte et al., 2015) qu'pratiquent eux-mêmes (Durand-Bush et al., 2004), et qu'ils offrent l'opportunité à leur enfant de développer leur talent (Bloom, 1985a ; Côté, 1999 ; Ericsson et al., 1993). Enfin, tout comme les pères de joueurs de cricket (Phillips, 2011), ce sont les pères des skieurs de bosses qui étayent le plus le développement de l'expertise et du talent de leur enfant.

Dans ce contexte, la disponibilité des parents offre la possibilité aux skieurs de tenir des activités privées précises, et ce, de diverses manières. En premier lieu, la localisation, en milieu urbain ou rural, de la résidence familiale principale et/ou secondaire procure un environnement physique facilitant ou non la tenue d'activités privées motrices. Par exemple, la possession d'un chalet par la famille offre l'opportunité aux skieurs de tenir des activités privées ("Pratique spontanée" et "Jeu délibéré") de sauter sur la neige ou sur le trampoline. Ces résultats sont en conformité avec les travaux antérieurs sur les sports d'élite. En effet, les athlètes élites et/ou professionnels proviennent plus fréquemment de villes possédant moins de 500 000 habitants, mais plus de 1 000 habitants (Côté, Macdonald, Baker et Abernethy, 2006). À titre d'illustration, cela correspond à la ville de Longueuil[100] (231 409 habitants (statistiques de 2011 au Canada)) et à la ville de Montpellier[101] (419 291 habitants (statistiques de 2012 en France)). Selon ces chercheurs (Côté et al., 2006), les sportifs y rencontrent des opportunités environnementales et sociales élargies : des terrains plus vastes pour faire du sport procurent des opportunités accrues de jeux délibérés avec des enfants de leur âge ou plus âgés, et ce, avec des risques moindres pour leur sécurité (ex. circulation automobile). De plus, les enfants provenant de milieux ayant une densité de population plus faible obtiendraient un support social bénéfique au développement de l'expertise et du talent, et ce, principalement au début de leur carrière (Côté et al., 2006). Néanmoins, habiter loin des coéquipiers et des entraîneurs influe également sur les catégories d'activités privées menées, c'est-à-dire la "Pratique spontanée" et/ou les pratiques réflexives.

---

[100] Ville de Longueuil (s.d.) *Évolution de la population 1981-2016*. Récupéré le 17octobre 2016 à https://www.longueuil.quebec/fr/statistiques-population

[101] Montpellier (s.d.) *Popleg T1 – Population légale*. Récupéré le 17 octobre 2016 à http://www.montpellier.fr/188-la-population-et-la-geographie-de-montpellier.htm

En deuxième lieu, le soutien parental, en termes de disponibilités temporelles, permet au skieur de se déplacer dans des centres de trampoline, de rampe d'eau, de ski et d'entraînement. L'achat de caméra vidéo et la capture vidéo des entraînements et des compétitions autorisent ainsi aux skieurs de réaliser des activités privées réflexives. La participation parentale dans l'enregistrement vidéo est relevée dans les écrits sur l'implication parentale dans le développement du talent de l'enfant (Witte et al., 2015). Ainsi, par cette disponibilité, les parents constituent les premières personnes soutenant le développement de l'expertise et du talent (Bloom, 1985a; Côté, 1999; Durand-Bush et al., 2004; Weissensteiner, Abernethy et Farrow, 2009; Wheeler, 2011; Witte et al., 2015). Advenant une impossibilité de déplacements et/ou d'obtention de vidéos, les skieurs se tournent alors vers les parents de leurs coéquipiers pour obtenir cette aide (mésosystème).

En troisième lieu, l'évocation de la crédibilité de l'étayage parental reçu lors des activités privées a permis de dégager quatre niveaux d'expertise se déclinant sur un continuum allant de la compétence non reconnue par le skieur à la compétence hautement reconnue par le skieur. La compétence non reconnue correspond à des parents ni juges ni bons connaisseurs. Les formations de juge permettent aux parents de développer leur savoir à propos des habiletés critiques à la performance et des critères permettant de les évaluer. Ces parents juges constituent le deuxième niveau d'expertise des parents de skieurs de bosses. Leur présence lors des compétitions régionales, provinciales et canadiennes renforce la présence de parents occupant des rôles administratifs dans le parcours d'athlètes de haut niveau (Côté, 1999; Durand-Bush et al., 2004).Bien qu'il ne soit pas juge, un père a construit ses connaissances par la lecture d'un livre sur la technique de base en ski de bosses et par le visionnement de vidéos de conditionnement physique. Pour ces raisons, il représente le troisième niveau d'expertise (bons connaisseurs). Enfin, le dernier niveau d'expertise caractérise un père reconnu, par son fils, comme possédant des

connaissances et un jugement équivalent à ceux d'un entraîneur et d'un juge. La présence de ces niveaux d'expertise renforce notre décision de déclarer l'étayage parental comme équivalent à celui de professeur tel que mentionné dans la première partie de la thèse.

En quatrième lieu, le processus proximal liant le parent à son enfant skieur influence la mise en place de l'activité privée. En effet, par la disposition d'un espace pour expliciter leur pratique sportive, les parents permettent à l'enfant de réaliser une activité privée "Autres". De même, la prescription de visionner des vidéos de ski de bosses ("Pratique délibérée réflexive") incite le skieur à mener cette activité privée, et, ce faisant, les parents encouragent le développement d'habitudes de pratique permettant le développement du talent (Sloane, 1985; Sosniak, 1985b). Cependant, le visionnement de vidéos de skieurs de niveau plus élevé peut engendrer de la comparaison négative, entraînant le parent à nuancer sa prescription. Par ce comportement, le parent offre une parentalité experte (parenting expertise) (Harwood et Knight, 2015) puisqu'il comprend les besoins de l'enfant et arrive à identifier que cette pratique lui est défavorable dans son développement. Puis, uniquement les deux pères experts co-construisent avec leur fils des "Pratiques délibérées" et des "Jeux délibérés - Conditionnement physique". Enfin, le père le plus expert est le seul père ayant introduit à son fils un site Web de vidéos de la Coupe du monde et une méthode de relaxation. L'identification de ces étayages renforce la présence de parents connaisseurs du domaine dans les trajectoires des individus ayant atteint l'expertise (Sosniak, 1985b).

En cinquième lieu, ce même processus proximal influe de diverses manières sur le déroulement des activités privées conduites en présence des parents. Tout d'abord, le ski de bosses comprend des motions acrobatiques comportant des risques de blessures (ex. saut arrière avec vrille), et, par conséquent, les parents requièrent du skieur qu'il

régule son activité privée motrice ("Pratique spontanée" et "Jeu délibéré") afin que celui-ci ne se blesse pas.

Également, les parents de skieurs de bosses encouragent leur enfant lors des activités privées. De manière plus précise, ceux-ci soulèvent la qualité de l'exécution motrice de l'enfant afin d'entraîner un changement dans les éléments observés lors de son activité privée. De cette manière, le skieur prend conscience des éléments qu'il réussit bien. Ce faisant, cet étayage alimente le sentiment d'autodétermination (Deci et Ryan, 1985; Ryan et Deci, 2000) par son renforcement du besoin de relation et de compétence, mais également le sentiment d'auto-efficacité (Bandura, 1997) en procurant une expérience vicariante (vidéo) et de la persuasion verbale. D'ailleurs, les enfants athlètes rapportent avoir des niveaux plus élevés de compétences athlétiques et une motivation intrinsèque lorsqu'ils pensent que leurs parents ont des croyances favorables à propos de leurs compétences et que ceux-ci leur donnent régulièrement des réponses positives et contingentes à leurs succès athlétiques (Babkes et Weiss, 1999). La présence de cet étayage renforce l'importance du support affectif parental dans le développement de l'expertise et du talent (Bloom, 1985a; Côté, 1999; Durand-Bush et al., 2004; Ewing et al., 2004; Harwood et Knight, 2015; Kalinowski, 1985). Par ailleurs, les sportifs adolescents se fient souvent aux personnes significatives de leur entourage, comme leurs parents et leurs entraîneurs, pour avoir du soutien social, pour recevoir des conseils, et ce, plus que les sportifs adultes (Goyen et Anshel, 1998).

Lors des activités privées de visionnement de vidéos, les parents juges signalent les informations à considérer dans la vidéo ou les personnes à observer, favorisant ainsi l'apprentissage des habiletés critiques à la performance (Bandura, 1986). Cet étayage partage des similarités avec la tutelle de signalisation de caractéristiques déterminantes du cadre de Bruner (1983a) puisque le parent indique ce que le skieur

doit exécuter pour être jugé favorablement bien que celui-ci ne soit pas confronté à un problème nécessitant sa résolution.

Ensuite, les parents co-analysent les performances d'autres skieurs en compagnie de leur enfant. Ce faisant, ils indiquent au skieur les éléments contribuant à la réussite d'une exécution motrice, et, en retour ces indications lui procurent des objectifs de maîtrise, tel que le ferait le professeur (Ericsson, 1998). De plus, ceux-ci comparent également les habiletés du skieur avec celles de skieurs skiant à un niveau supérieur. La comparaison de la performance de son enfant à celles d'autres athlètes est d'ailleurs observée chez les parents d'individus talentueux (Sloane, 1985). D'autre part, cette forme d'étayage fait écho à la tutelle de signalisation de caractéristiques déterminantes repérée par Bruner (1983a).

Par la suite, les parents identifient et communiquent à leur enfant les erreurs que ceux-ci commettent en compétition, en visionnant les performances sur vidéo. Cette forme d'étayage parental est d'ailleurs recensée dans les écrits sur le développement du talent, bien que les parents proposent des conseils d'exécution de l'habileté par la suite (Sloane, 1985).

Uniquement les parents juges offrent un étayage d'appréciation affective et technique de l'exécution motrice. De cette manière, ils offrent des opportunités supplémentaires aux skieurs d'obtenir une rétroaction de la qualité de leur exécution selon les critères de jugement correspondant à ceux de la FIS.

À nouveau, les parents possédant une expertise sont les seuls observant l'exécution motrice de leurs enfants, par exemple sur le trampoline, pour ensuite leur offrir des prescriptions de modification ou de conservation de l'exécution motrice. Ce résultat corrobore les étayages parentaux recensés chez les sportifs talentueux (Sloane, 1985).

Puis, les parents offrent également de la tutelle à leur enfant, c'est-à-dire l'enseignement d'un savoir-faire qui dépasse le niveau initial de l'apprenant (Bruner, 1983a; Wood et al., 1976). Le parent peut enseigner la manière d'exécuter un geste moteur et/ou orienter le regard de l'enfant vers des modèles d'habiletés critiques à la performance.

Enfin, les deux pères les plus experts co-agissent avec leur fils lors des activités privées de conditionnement physique, notamment en instaurant une situation d'émulation. Cet étayage de co-action est présent dans le parcours d'athlètes experts (ex. les parents procèdent à des échanges de balles de tennis avec leur enfant) (Ewing et al., 2004). L'identification de cet étayage renforce la présence de parents connaisseurs du domaine dans les trajectoires des individus ayant atteint l'expertise (Sosniak, 1985b).

2.6.1.2.1. Apports et limites dans l'étude de la contribution du microsystème parental

L'identification des niveaux d'expertise parmi les parents étayeurs offre une réponse partielle à l'ambition actuelle d'identifier comment les parents acquièrent le savoir leur permettant d'adopter des comportements soutenant l'expertise (Harwood et Knight, 2015). Encore plus, une étude récente (Michaud, 2013) auprès des parents d'ÉNA3H démontre que l'efficience de l'étayage repose sur la possession par le parent d'un modèle de la tâche et d'un modèle de l'élève (Bruner, 1983a). En effet, le parent bâtit non seulement son savoir en acquérant des connaissances à propos des contraintes du ski de bosses et des moyens pour les maîtriser (modèle de la tâche), mais également en saisissant les caractéristiques de l'enfant dans la tâche (modèle de l'élève), correspondant à la capacité parentale de saisir les besoins de l'enfant (Harwood et Knight, 2015). Dès lors, de futures recherches seraient bénéfiques pour

comprendre de manière encore plus précise comment le parent ajuste son étayage de manière à respecter les caractéristiques et les besoins de l'enfant.

Enfin, l'identification de cette contribution du microsystème parental dans le développement de l'expertise vient nuancer la tendance actuelle d'écarter les parents des milieux sportifs. En effet, les médias exposent régulièrement des comportements parentaux nuisibles dans les milieux sportifs, tels des insultes et/ou des comportements violents, qui sont qualifiés de «pression parentale». Les conséquences liées à la pression parentale résultent de ce que pensent ou disent les parents concernant la performance de leur enfant sportif, mais le stress provient aussi du sentiment qu'a l'athlète de devoir répondre aux attentes parentales (Cohn, 1990; Gould, Horn et Spreemann, 1983; Gould, Jackson et Finch, 1993; Scanlan, Stein et Ravizza, 1991). La « meilleure » contribution des parents au développement du talent et de l'expertise en sport reste à être établie (Harwood et Knight, 2015), bien que des skieurs alpins ayant ressenti une pression parentale, modérée à forte, jugent que cette pression bénéfique puisqu'ils la perçoive comme un soutien (Hellstedt, 1990) et que notre recherche démontre sans équivoque l'apport bénéfique du microsystème parental dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées.

2.6.1.3. Microsystème fraternel

La majorité des frères et sœurs pratiquant le ski de bosses ont au moins accédé à l'équipe du Québec, corroborant ainsi la présence de fratrie ayant atteint un niveau élite ou pré-élite dans les familles ayant un enfant athlète élite (Hopwood, Farrow, MacMahon et Baker, 2015). Malgré tout, l'apport de la fratrie dans le développement du talent et de l'expertise en sport demeure indéterminé, hormis que ceux-ci

constituent des modèles de travail éthique (Côté, 1999). Or, le microsystème fraternel contribue au développement de l'expertise en ski de bosses, et ce, de diverses façons.

Tout d'abord, la disponibilité de la fratrie offre la possibilité au skieur de mener des "Jeux délibérés", des "Pratiques spontanées motrices et réflexives" et des activités privées "Autres". L'étayage reçu par les skieurs provient généralement de leur aîné, à qui ils reconnaissent une crédibilité basée sur leur compétence en ski de bosses et/ou leur expérience dans le sport. Deux catégories d'étayage de la fratrie favorisent la mise en place des activités privées. La première catégorie d'étayage reflète la soumission du benjamin aux exigences d'exécution motrice de son aîné (frère ou cousin) créant une activité privée de jeu délibéré qui incite le benjamin à exécuter des sauts lui permettant de dépasser son niveau actuel de performance. En effet, le rang dans la fratrie procure une autorité « légitime et acceptée » sur le plus jeune. L'exécution de ces sauts entraîne ainsi un dépassement de son niveau de compétence au sein de la zone proximale de développement (Vygotsky, 1985). La deuxième catégorie d'étayage favorisant la mise en place des activités privées repose sur l'offre, par l'aîné sans même que le benjamin le sollicite, d'un enseignement sur des habiletés techniques critiques à la performance. Ainsi, l'aîné veille à ce que son benjamin acquiert les compétences critiques à l'ascension des prochains niveaux de performance et/ou à la réussite en compétition. Cet étayage reflèteles relations de complémentarité et de réciprocité qui distinguent les relations fraternelles des relations parents-enfants (Tucker et Updegraff, 2009). Cette complémentarité et cette réciprocité s'expriment dans le désir que leur frère ou leur sœur, qui sont leurs adversaires, excellent tout comme eux en compétition (Davis et Meyer, 2008).

Le processus proximal liant le skieur à sa fratrie repose également sur quatre catégories d'étayage régulant le déroulement de l'activité. Tout d'abord, la disponibilité et l'amabilité de la fratrie procure au skieur la possibilité de solliciter

son frère ou sa sœur, membre de l'équipe du Québec ou de l'équipe nationale ("Pratique spontanée réflexive") pour recevoir un étayage lui permettant de résoudre les difficultés éprouvées sur la piste : un membre de la fratrie lui enseigne comment modifier son exécution motrice soit directement lors de l'activité privée motrice, soit en différé lorsqu'il mobilisera le discours de l'étayeur sur la piste de ski. et enseignement expose le skieur à acquérir des habiletés qui ne sont peut-être pas adressées en milieu institutionnel et/ou à résoudre des difficultés de performance éprouvées actuellement. L'étayage d'enseignement est observé en milieu sportif et en situation de compétition, chez les fratries de même sexe, où des conseils sur les habiletés sportives spécifiques au sport pratiqué sont donnés (Davis et Meyer, 2008). Dans le cas de notre étude, les fratries offrant un étayage d'enseignement sont mixtes (frère/sœur, sœur/frère). Les étayages entre fratrie de mêmes sexes, tout particulièrement les garçons, reposent plutôt sur la deuxième catégorie d'étayage : l'émulation. Lors des "Jeux délibérés", les skieurs cherchent à dépasser les compétences de leur adversaire, dans ce cas-ci, son frère ou sa sœur. Ce dépassement attribue donc le mérite à l'individu d'obtenir les avantages liés au succès (Queyrat, 1919). Cette forme d'étayage est également présente lors des "Jeux délibérés" tenus avec les coéquipiers.

Enfin, tout comme les parents, la fratrie offre un étayage d'appréciation affective et technique de l'exécution motrice, et ce, selon leur perspective de skieur et/ou tel que le ferait un juge. Ce faisant, l'étayage régule la manière dont le skieur perçoit et apprécie ce qu'il observe.

Le microsystème fraternel occupe donc une place toute aussi importante que les parents dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées.

2.6.1.4.Microsystème des coéquipiers

Tout comme les parents et la fratrie, la disponibilité et l'amabilité des coéquipiers constituent un pré requis au choix des activités privées. Cependant, contrairement aux parents et à la fratrie, le coéquipier participant à l'activité privée est choisi parmi tous les coéquipiers, et ce, selon l'accessibilité de celui-ci, son genre et l'amitié qui les lie. En effet, certains skieurs sont accessibles, en termes de temps et de disponibilités, et peuvent ainsi participer aux activités privées des autres skieurs. À l'inverse, certains skieurs ne sont pas disposés à donner du temps et accès à leur savoir pour aider les autres skieurs qui sont ses concurrents. Par conséquent, cette accessibilité détermine quel(s) coéquipier(s) est/seront sollicité(s) par les skieurs de bosses. Ensuite, tous les skieurs et skieuses étayés, à l'exception d'un skieur, ont été étayés par des skieurs. Seul un skieur fut étayé par des skieuses. Les skieuses évoquent préférer recevoir un étayage de la part de skieur puisque leur étayage leur apparaît plus réaliste, honnête et transparent. Enfin, le dernier critère pour choisir le coéquipier participant à l'activité privée repose sur le lien d'amitié existant entre les skieurs. En effet, l'ami est choisi parmi plusieurs personnes et le lien d'amitié qui les unit est fondé sur « une forme de sociabilité reposant sur une interdépendance volontaire entre deux personnes, visant principalement des objectifs relationnels et émotionnels et assurant proximité, intimité et assistance mutuelle (...) » (Claes, 2003, p. 92-93). Par conséquent, il n'est pas surprenant que les coéquipiers offrent des étayages similaires à ceux de la fratrie.

Le processus proximal présent entre le skieur et ses coéquipiers repose sur deux catégories d'étayage favorisant la mise en place d'activités privées. À nouveau, tout comme la fratrie aînée, les skieurs possédant plus d'ancienneté dans la cohorte de skieurs ou dans l'équipe de ski de bosses ont l'autorité légitime d'exiger des plus jeunes qu'ils exaucent leurs demandes. Ce faisant, les skieurs, en obéissant aux plus âgés, exécutent un backflip pour la première fois et dépassent ainsi leur niveau de

performance qu'ils accomplissent seuls. Enfin, la présence de coéquipiers offrant un enseignement sans que celui-ci lui soit explicitement demandé entraîne aussi la mise en place de "Pratique spontanée motrice ou réflexive".

Le processus proximal liant les coéquipiers et le skieur est également porteur d'étayages influençant le déroulement des activités privées. L'étayage le plus souvent évoqué est l'émulation. La présence de cette forme d'étayage n'est pas anodine puisque « l'émulation suppose l'estime entre concurrents » (Queyrat, 1919, p. 17), condition sine qua none des liens d'amitié et de la sélection des coéquipiers. Cette émulation prend la même forme de celle présentée dans le microsystème de la fratrie. Delà, les individus n'émulent pas ceux qui sont classés loin devant eux, ni ceux qui sont bien en-dessous de leur capacité, mais bien ceux qu'ils peuvent arriver à dépasser (Queyrat, 1919). L'identification de cette forme d'interaction entre l'athlète et ses coéquipiers permet de répondre en partie à l'identification de la nature des interactions sociales ayant lieu lors des activités sportives non-structurées (ex. jeu délibéré), enjeu qui constitue l'une des pistes de recherches futures dans l'étude du développement du talent et de l'expertise en sport (Erickson et Côté, 2016). Par ailleurs, la situation d'émulation évoquée par les skieurs s'apparente aux compétitions informelles caractérisant les athlètes ayant développé leur talent (Bloom, 1985a). La compétition saine entre pairs est reconnue comme contribuant au développement sportif (Phillips, 2011; Weissensteiner et al., 2009). Enfin, la présence d'émulation lors des "Autres – Mixtes" (premières fois) supporte l'idée suivante : lorsque les enfants réalisent de nouvelles tâches, par exemple exécuter son premier backflip sur la neige, ils sont régulièrement en collaboration avec d'autres enfants avant de conduire cette tâche seuls (Vygotsky, 1978).

Tout comme les entraîneurs, les parents et la fratrie, le second étayage offert par les coéquipiers est l'enseignement. En effet, l'étayeur répond aux demandes

d'enseignement formulées à son endroit afin de contribuer à la résolution d'un problème technique. L'offre de tutelle entre coéquipiers est également observée chez les athlètes ayant développé leur talent (Bloom, 1985a). Ensuite, tout comme les parents et la fratrie, les coéquipiers offrent une appréciation affective et technique de l'exécution motrice. Puis, les coéquipiers observent et prescrivent des corrections visant la modification de l'exécution motrice. Cette forme d'étayage requiert de l'étayeur qu'il observe la performance du skieur et lui procure des prescriptions d'exécution, et ce, selon le discours technique de l'entraîneur (Durand et al., 1993). Dès lors, cet étayage influe sur le déroulement de l'activité privée motrice, c'est-à-dire le "Jeu délibéré", la "Pratique spontanée» et/ou les activités privées "Autres". Enfin, le coéquipier offrant le plus grand nombre d'étayages à ses pairs est le seul à offrir un support motivationnel. Ce support motivationnel renforce l'effort et l'objectif d'exécution technique que sa coéquipière tente de réaliser lors de leur "Pratique spontanée – Ski libre". Ainsi, cette forme d'étayage régule le déroulement de l'activité privée puisqu'elle nourrit la motivation à l'entraînement (besoin de relation dans le sentiment d'autodétermination, Deci et Ryan, 1985; Ryan et Deci, 2000).

En somme, le microsystème des coéquipiers est exclusif aux skieurs correspondant aux critères de sélection, mais également à ceux de leur cohorte de skieurs. Tout comme le microsystème de l'entraîneur et des parents, le microsystème des coéquipiers contribue au choix de l'activité privée, à sa mise en place et à son déroulement.

2.6.1.4.1. Recherche future : le microsystème des coéquipiers constitue une communauté de pratique de skieurs de bosses

La présence d'activités privées intégrant plus d'un skieur provenant de la même cohorte et d'une sélection volontaire des étayeurs-coéquipiers suggèrent que les liens unissant ces skieurs de bosses reflètent les caractéristiques des communautés de pratique. En effet, les membres d'une communauté de pratique sont liés par les activités qu'ils font ensemble et par l'apprentissage qu'ils retirent de leur engagement mutuel dans ces activités (Wenger, 1998, p. 2)[102]. En d'autres termes, les skieurs semblent former des communautés de pratique puisqu'ils partagent : 1) une entreprise commune de réaliser une performance sportive en ski de bosses ; 2) un engagement mutuel par leur amitié ; 3) un répertoire commun de ressources qu'ils développent. Les skieurs n'ayant pas ou ayant peu mené d'activités privées en compagnie de coéquipiers sont ceux qui ne font pas partie d'une communauté de pratique (cohorte de skieurs).

Ainsi, bien que les skieurs soient membres d'une équipe régionale, de l'équipe du Québec et/ou de l'équipe nationale, ce sont les membres de leur communauté de pratique qu'ils sollicitent pour participer à leurs activités privées, et non l'ensemble de leurs coéquipiers : « la communauté de pratique est différente de l'équipe dans la mesure où, pour les membres de la communauté, la cohésion est assurée par un partage d'apprentissages et d'intérêts. Elle se définit par la connaissance plus que par la tâche, et elle existe en raison de la valeur qu'a la participation pour ses membres »

---

[102] What it is about – joint enterprise as understood and continually renegotiated by its members. How it functions – the relationships of mutual engagement that bind members together into a social entity. What capability it has produced – the shared repertoire of communal resources (routines, sensibilities, artifacts, vocabulary, styles, etc.) that members have developed over time.

[Trad. libre][103] (Wenger, 1998, p. 4). En effet, la communauté de pratique se développe autour de ce qui compte pour les individus, reflétant ainsi la compréhension de ce qui est important pour elle et devenant ainsi des systèmes auto-organisés (Wenger, 1998). Nous faisons l'hypothèse que l'auto-organisation de ces communautés de pratique de skieurs de bosses est observable, dans les activités privées, notamment à travers les "Jeux délibérés" et les "Pratiques spontanées", où sont régulièrement présents les coéquipiers « préférés » des skieurs de bosses. Par exemple, le skieur ÉNA3H attribue une part du développement de son expertise au fait d'avoir réalisé des activités privées avec deux de ses coéquipiers avec qui il forme une communauté de pratique sur l'ÉR et l'ÉQ :

> Ce qui m'a aidé, ben c'est le fait d'avoir Bruce pis Clark. Comme avoir le même âge pis, pis j'pense quand y'en a un qui faisait de quoi, fallait que l'autre il le fasse. Pis c'était bon de savoir, les 3 jeunes, quand on apprenait par tout le monde, pis de faire à nous-mêmes pis se pousser genre, vriller le plus que tu peux, pis là à mettons j'avais appris à vriller super vite, là Bruce il l'avait aussi bien lui aussi, pis Clark après ça on lui a montré y'était capable pis on se poussait un contre l'autre. C'était, on était vraiment des bons amis mais j'pense ça été bon qu'on pousse pis là on a comme faite un, un moment donnée un step, les 3, que là on était vraiment rendus en haut de tout l'monde, pas nécessairement en vrille mais en saut, sur la trampo, mais c'est un peu en se poussant nous-autres, derrière dans l'cul, qui a fait qu'un moment donné oup, là on avait appris, on faisait tous les trucs (155).

Cette illustration provenant du milieu du ski de bosses est partagée par le milieu du surf. En effet, Light (2006) observe qu'une communauté de pratique provenant d'un club de surf en Australie permet le développement d'habiletés, la prise de

---

[103] A community of practice is different from a team in that the shared learning and interest of its members are what keep it together. It is defined by knowledge rather than by task, and exists because participation has value to its members.

responsabilité dans la communauté, la participation à plusieurs pratiques et l'occupation de rôles variés incluant ceux d'apprenant et de professeur.

La contribution des communautés de pratique dans le développement de l'expertise et du talent s'avère une avenue de recherche prometteuse et pertinente.

2.6.2. La contribution de l'ontosystème dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées

Selon Ericsson, les individus ne peuvent mettre en place des pratiques délibérées qu'au moment où ceux-ci ont atteint un niveau se rapprochant de l'expertise (Plant et al., 2005), sans quoi ils doivent bénéficier des enseignements du professeur (Ericsson et al., 1993) ; d'où la contribution indéniable des microsystèmes des entraîneurs, des parents, de la fratrie et des coéquipiers au développement de l'expertise et du talent du skieur de bosses. Néanmoins, les skieurs mettent en place et conduisent également par eux-mêmes des activités privées répertoriées dans la première partie de la thèse, et ce, bien avant qu'ils aient atteint l'équipe nationale. La prise en charge, par le skieur lui-même, de ses activités privées est bénéfique au développement sportif puisqu'une dépendance à la rétroaction des autres peut nuire au développement d'habiletés de résolution de problèmes, d'adaptation et d'auto-surveillance (Weissensteiner et al., 2009). Cependant, sans la présence de l'autre, le skieur doit trouver des moyens pour obtenir une rétroaction sur la qualité du déroulement de son activité privée (motrice) ou de sa prise d'information (réflexive). Dès lors, les skieurs doivent faire preuve d'ingéniosité pour choisir, mettre en place et réaliser leur activité privée.

Ainsi, les skieurs développent quatre moyens pour débuter une activité privée, pour obtenir une rétroaction sur la qualité de leur activité et pour la réguler. Le premier moyen repose sur la mobilisation du discours technique (étayage d'enseignement) intériorisé de l'entraîneur, des parents et de la fratrie, mais également par la mobilisation de l'évaluation des juges, sous forme de pointage. Cette mobilisation permet au skieur de mettre en place et d'évaluer l'amélioration de son habileté et de surveiller les effets de sa pratique (Ericsson et al., 1993). Ces résultats corroborent le modèle de la pratique délibérée et leur apport à l'acquisition de l'expertise puisqu'ils mobilisent les informations et les habiletés devant être étudiées et pratiquées pour atteindre l'expertise, et ce, telles qu'elles sont enseignées en milieu institutionnel (Plant et al., 2005).

Le deuxième moyen repose sur la création d'artefacts vidéo au cours de l'activité privée. L'obtention de la vidéo permet au skieur d'obtenir une rétroaction visuelle de son exécution motrice. Ainsi, il peut apprécier affectivement ce qu'il fait et déterminer s'il doit apporter des corrections, par exemple, lors de son prochain saut sur le trampoline.

Le troisième moyen repose sur la création et la possession d'un modèle de performance idéale. Au moyen de ce modèle, les skieurs observent s'il y a une correspondance entre les mouvements qu'ils produisent et le modèle qu'ils souhaitent atteindre. L'adéquation entre le mouvement produit et le mouvement idéal régule le déroulement de l'activité privée. Suivant l'observation, par exemple sur vidéo, le skieur se crée une représentation des habiletés à produire et, en retour, celle-ci permet la planification et le contrôle de la réalisation physique de cette habileté (Bandura, 1986). Ainsi, les skieurs peuvent améliorer leur performance puisque cette représentation leur permet de mener des activités d'entraînement conçues par eux-mêmes (Ericsson, 1998). Cette recherche de concordance, tel un calque, entre

l'exécution de l'athlète et l'exécution idéale est d'ailleurs observée chez les entraîneurs en gymnastique (Rolland, 2011). De plus, la présence d'un modèle de performance idéale s'explique notamment par le fait que les skieurs de bosses disposent d'un plan des sauts qu'ils veulent entreprendre et connaissent la technique pour les exécuter. En conséquence, le skieur possède un codage représentatif qui le munit d'une référence interne ou d'une représentation fonctionnelle du geste sportif à accomplir (Leplat, 1985), appuyant ainsi la présence d'une représentation mentale coordonnant la performance experte (Ericsson et al., 1993). Cette représentation prend naissance dans la motricité *morphocinétique* (Serre, 1984), c'est-à-dire une action qui vise à produire une forme corporelle ou un enchaînement de figures, peu importe les propriétés de l'environnement physique. Ce modèle de performance idéale est également une représentation mentale comportant un esthétisme appréciable visuellement par les juges, et ce, selon un standard de référence (critères de jugements en ski de bosses, Annexe B) (Cadopi, 1995). La création de ce modèle est d'ailleurs reprise en détails dans la troisième partie de la thèse.

Le dernier moyen permettant l'autorégulation de leurs activités privées repose sur les ressentis corporels en cours d'activité. Tout d'abord, le skieur décode ses sensations proprioceptives en cours d'exécution, indiquant ainsi la qualité du mouvement, mais également son déroulement sécuritaire. Ainsi, selon les ressentis, le skieur ajuste sa motion en cours d'action (ex. lors de la "Pratique spontanée –Trampoline maison", le skieur ressent qu'il a trop de rotation (rétroaction) et, par conséquent, il étire son corps pour ralentir la rotation (régulation) afin d'atterrir sur les pieds). Les ressentis proprioceptifs antérieurement éprouvés sont également mobilisés lors des activités privées réflexives : lors du visionnement de vidéos, les skieurs se remémorent leurs ressentis proprioceptifs au moment où leur performance a été filmée et, de cette façon, ils régulent les informations regardées dans la vidéo. En effet, le skieur recherche l'unité parfaite entre « ce que le sujet sent qu'il a fait et l'image visuelle de

ce qu'il veut faire » (Cadopi, 1995, p. 238). Ainsi, les ressentis proprioceptifs régulent tant les activités privées motrices que réflexives.

En somme, ces moyens de rétroaction et de régulation permettent au skieur de mener des activités privées lui permettant de dépasser son niveau actuel de performance (ZPD, Vygotsky, 1978). La mise en place des ces moyens rétroactifs défie la nécessité des rétroactions professorales pour améliorer la performance (Ericsson, 1996, 1998 ; Ericsson et al., 1993).

2.6.3. La contribution du mésosystème dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées

Le mésosystème comprend les relations entre les différents microsystèmes et se présente de deux façons. Tout d'abord, les skieurs sont exposés à une variété d'étayages provenant des microsystèmes évoqués (entraîneurs, parents, fratrie et coéquipiers), mais aussi du microsystème institutionnel. Par conséquent, la mobilisation de ces étayages (ex. les discours techniques présents dans les différents microsystèmes) dans les activités privées menées seules correspond au mésosystème. De même, certains skieurs évoquent des activités privées menées à la fois en présence de leurs parents, mais également de leurs coéquipiers et fratrie (ex. "Pratique spontanée – Trampoline maison"). Par conséquent, cette forme d'activités privées se produit au sein du mésosystème.

2.6.4. La contribution de l'exosystème dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées

La majorité des artefacts (ex. voiture, rampe d'eau, trampoline, vidéos You Tube ®, financement gouvernemental) proviennent de l'exosystème et le skieur se les approprie. Encore plus, un skieur bénéficiant du programme « *À Nous le Podium* » évoque comment l'investissement financier par le gouvernement canadien a permis à l'équipe nationale d'acheter des caméras vidéo et des écrans. L'obtention de ces technologies a donc permis aux skieurs de bénéficier de celles-ci, à la fois dans le milieu institutionnel, mais également lors de leurs activités privées réflexives. En conséquence, il est possible d'établir une corrélation entre le développement de l'expertise des skieurs de bosses canadiens et le soutien financier reçu par l'exosystème. Cette proposition s'appuie par le constat suivant : l'injection de moyens financiers est corrélée aux succès rencontrés aux Jeux olympiques d'été et d'hiver (De Bosscher, van Bottenburg, Shibli et Westerbeek, 2013). En effet, les ressources financières (input), sous forme de dépenses publiques, constituent le premier des neufs piliers politiques contribuant au succès olympique (output) (De Bosscher et al., 2006). Le support financier est le pilier d'entrée des politiques gouvernementales. Les autres piliers[104] favorisent les succès olympiques (De Bosscher, Bingham, van Bottenburg et De Knop, 2008; De Bosscher et al., 2006; De Bosscher, De Knop, van Bottenburg, Shibli et Bingham, 2009), à condition d'être financés et développés de manière optimale (throughput[105]). Ainsi, la bonne

---

[104] Pilier 2 : Approche intégrée du développement des politiques (Integrated approach to policy development) ; Pilier 3 : Participation sportive (Participation in sport) ; Pilier 4 : Programme de détection et de développement du talent (Talent identification and development system) ; Pilier 5 : Support athlétique et post-carrière (Athletic and post-career support) ; Pilier 6 : Environnement des entraînements (Training facilities) ; Pilier 7 : Développement des entraîneurs et disponibilité des entraîneurs (Coaching provision and coach development) ; Pilier 8 : Compétitions internationales (International Competition) ; Pilier 9 : Recherche scientifique (Scientific research). Pour la description de chaque pilier, voir De Bosscher, Bingham, van Bottenburg et De Knop (2008).

[105] Throughput : la trajectoire des moyens financiers à travers les différents piliers.

utilisation des ressources financières, via les autres piliers, augmente les possibilités de médailles olympiques (De Bosscher et al., 2006). D'ailleurs, quelques semaines avant les Jeux olympiques (JO) de Londres de 2012, le Canada se démarquait des autres pays participant à l'étude du *Sport Policies Leading to International Sporting Success* (SPLISS) par un investissement financier plus élevé que la moyenne, et ce, dans tous les piliers excepté celui de la détection et du développement du talent (Legg, 2014) et par un plus grand nombre de performances victorieuses aux JO d'hiver de 2010 (De Bosscher et al., 2013).

La fermeture du site Web skidebosses.com retire aux skieurs un artefact offrant la perspective des juges et leur permettant de réaliser des activités privées réflexives. En effet, les vidéos disponibles sur You Tube® et à la télévision sont constituées de montages ou filmées sur le côté. Ce faisant, les skieurs ne bénéficient plus de l'artefact le plus fidèle à la réalité d'évaluation à laquelle ils font face. Les décisions de l'exosystème ont donc un effet direct sur la qualité des artefacts vidéo choisis pour les activités privées.

Ensuite, la création de programmes d'entraînement (ex. le DLTA) par les instances gouvernementales impose des attentes comportementales de la part des entraîneurs, mais également des skieurs. Ce faisant, cela influe sur l'attitude (Allport, 1935) - allant de la recherche de plaisir vers la recherche de résultats - adoptée par les skieurs dans leur choix des activités privées. En effet, tel que démontré dans la première partie de la thèse (section 1.6.5. de la première partie), les skieurs délaissent les jeux au cours de leur ascension vers l'expertise.

D'autre part, les calendriers des compétitions déterminés par la FQSA et la FIS influent sur les calendriers des entraînements des différentes équipes de bosses, et, ce faisant, déterminent la disponibilité temporelle dont dispose le skieur pour mener ses

activités privées. De même, les formations de juge offertes par la FQSA créent, pour le skieur, un enrichissement des connaissances de ses parents qui participent à ces formations et qui, en retour, influence le déroulement des activités privées par l'étayage d'appréciation affective et technique de la performance selon une perspective de juge. Enfin, en congruence avec les recherches sur le développement de l'expertise et du talent en sport (Balyi et al., 2005 ; Bloom, 1985 ; Côté, 1999), les structures d'encadrement institutionnel des équipes de ski de bosses (ÉR, ÉQ, ÉN) se spécialisent et accentuent leur prise en charge du développement de l'expertise des athlètes.

En bref, l'exosystème influe sur le choix et la mise en place des activités privées par la disponibilité et l'accessibilité des artefacts présents, mais également par l'espace temporel disponible au sein des calendriers de compétitions et d'entraînements pour réaliser des activités privées. Enfin, l'exosystème contribue également à la construction des connaissances des parents, par l'offre de formation de juges en ski de bosses. Par conséquent, cet apprentissage crée la possibilité pour le skieur de recevoir un étayage semblable à l'évaluation de performance qu'il recevrait en compétition.

2.6.5. La contribution du macrosystème dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées

Il est plus ardu de repérer l'influence du macrosystème dans les activités privées puisque les skieurs ne l'évoquent pas explicitement. Cependant, il est possible que le Canada, le Québec et les skieurs soient porteurs de valeurs de réussite, d'effort et

d'excellence dans le sport. En effet, le discours populaire[106] sur les performances exceptionnelles et le discours scientifique sur la pratique délibérée propagent qu'il est nécessaire d'appliquer des efforts pour réussir et livrer de haute performance (par exemple les livres « *Outliers* » de Gladwell (2008) et « *The Talent Code* » de Coyle (2009)). Ce faisant, les skieurs sont encouragés à tout faire pour réussir dans le sport, c'est-à-dire de prendre des cours privées ("Pratiques délibérées"), de s'engager avec effort dans leur pratique et de s'entourer de spécialistes. Ainsi, par ces valeurs et son idéologie, le Canada, désirant être la meilleure nation au JO de Vancouver 2010, décidait de financer, au moyen de son programme « *À Nous le Podium* », les sports d'hiver et tout particulièrement le ski de bosses, dont les chances de médailles étaient élevées.

Somme toute, nos entretiens révèlent une influence plus grande du macrosystème sur l'exosystème, qui à son tour, influence le choix et la mise en place des activités privées.

2.6.6. La contribution du chronosystème dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées

Le chronosystème traverse tous les systèmes entourant l'athlète et incidemment toutes les activités privées. La contribution du chronosystème dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées se produit selon une trame normative, c'est-à-dire des transitions pouvant être anticipées, ou selon une trame non-normative, c'est-à-dire des transitions pouvant être imprévisibles.

---

[106] Ce type de discours est majoritairement présent sur les réseaux sociaux, sous forme de phrases-clés telles que : « Nothing worth having was ever achieved without effort – Theodore Roosevelt » et « If you're not willing to put in the effort, don't expect anything in return ».

Tout d'abord, les transitions normatives composant le chronosystème correspondent aux attentes développementales sportives (DLTA, modèle de la participation sportive de Côté (1999), modèle développemental de Bloom (1985a)) et aux exigences de performances institutionnelles (niveau de performance nécessaire pour accéder à une équipe supérieure et/ou à un circuit de compétition supérieur). Ces attentes et exigences influent sur le choix des activités privées, mais également sur le processus proximal présent au sein des microsystèmes parentaux. En effet, l'étayage parental est majoritairement présent sur l'équipe régionale et l'équipe du Québec corroborant ainsi une plus grand présence des parents en début de carrière sportive (Bloom, 1985a ; Côté, 1999 ; Durand-Bush et al., 2004). De plus, les changements de saisons et les calendriers des compétitions et des entraînements créent un espace temporel offrant la possibilité de mener des activités privées et en influencent leur choix. Enfin, le gain de maturité et la compréhension des habiletés critiques à l'atteinte d'un niveau supérieur de performance concordent avec le développement de l'expertise en sport et en musique. En effet, les karatékas accroissent leurs pratiques délibérées au moment d'obtenir leur ceinture noire (Hodge et Deakin, 1998) et les musiciens, vers l'âge de 18 ans, augmentent la quantité de pratiques délibérées pour être sélectionnés à des niveaux professionnels d'entraînement (Ericsson et al., 1993).

Les transitions non-normatives du chronosystème se présentent sous forme d'événements inattendus. Par exemple, la "Pratique délibérée – Cours de ski (réhabilitation)" suivant une blessure. De même, un déménagement, le bris d'équipements et la suppression d'un artefact mettent fin à la possibilité de tenir une activité privée de trampoline.

Bref, la présence du chronosystème influe principalement sur le choix de l'activité privée mené par le skieur étant donné les attentes développementales et la disponibilité des autres systèmes liés à un espace spatio-temporel donné.

2.6.7. Caractérisation des skieurs experts

La contribution du macrosystème, de l'exosystème, du mésosystème et du chronosystème dans le développement de l'expertise ne distingue pas les niveaux d'expertise. En effet, la disponibilité et l'accessibilité de l'environnement physique ne différencient pas les skieurs de bosses étant donné la possession, par la majorité d'entre eux, d'une maison et d'un chalet. De plus, les skieurs traversent les mêmes étapes développementales en plus de respecter les mêmes calendriers de compétitions et d'entraînements. D'autre part, la disponibilité et l'accessibilité de l'entourage social ne permet pas de distinguer les niveaux d'expertise des skieurs de bosses. Ainsi, uniquement le microsystème et l'ontosystème permettent partiellement de distinguer les niveaux d'expertise.

En effet, uniquement l'investissement massif des activités privées par le père et l'évocation d'une grande variété d'étayages caractérisent l'un des meilleurs skieurs de bosses actuels et celui étant le plus prometteur sur le circuit de la Coupe du monde. De même, la construction et la possession d'un modèle de performance idéale servant à réguler l'activité privée menée seule caractérisent les huit meilleurs skieurs de notre échantillon.

2.7. Conclusion

L'enjeu de cette deuxième partie de la thèse était d'établir comment les différents systèmes écologiques (Bronfenbrenner, 1977) ont contribué au choix, à la mise en place et au déroulement des activités privées, mais également comment cette contribution a permis l'acquisition de l'expertise.

L'analyse inductive générale a permis de présenter la contribution de tous les systèmes dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées et comment ces contributions favorisent le développement de l'expertise. De manière plus précise, le choix et la mise en place des activités privées dépendent de la disponibilité des ressources environnementales et sociales (tous les systèmes), mais également du contexte spatio-temporel (chronosystème). En effet, le lieu d'habitation, les ressources financières familiales et gouvernementales, les avancées technologiques, mais également les calendriers de compétitions et d'entraînements, les périodes saisonnières et la présence de blessures influent sur le choix des activités privées.

La mise en place des activités et leur déroulement (régulation) sont subordonnés aux processus proximaux présents entre le skieur et un membre de son entourage social (microsystème et ontosystème), mais également à l'utilisation d'artefacts provenant du mésosystème et de l'exosystème. Ainsi, les divers microsystèmes, c'est-à-dire celui des entraîneurs, des parents, de la fratrie et des coéquipiers, procurent une variété d'étayages influençant la mise en place et le déroulement des activités privées. Ces étayeurs sont soigneusement considérés par les skieurs par la crédibilité de leur expertise et de leurs liens amicaux. Également, l'étayage massif de deux pères et une plus grande variété d'étayage provenant des différents microsystèmes caractérisent l'un des meilleurs skieurs de bosses actuels et celui actuellement prometteur sur le circuit de la Coupe du monde. D'autre part, les skieurs sollicitent des moyens de rétroaction et de régulation lorsqu'ils mènent des activités privées par eux-mêmes.

Enfin, la contribution des systèmes à l'acquisition de l'expertise repose sur la disponibilité et l'accessibilité des différents systèmes (tous), la qualité des processus proximaux (microsystème), les propriétés des artefacts (microsystème et exosystème), la cohérence entre les activités privées et les étapes et enjeux du

développement cognitif et sportif (chronosystème, exosystème et ontosystème) et le transfert d'habiletés d'une activité privée à l'autre et d'un sport à l'autre (mésosystème). Ainsi, les systèmes écologiques soutiennent le développement de l'expertise et du talent en ski de bosses.

2.7.1. Ouverture vers la troisième partie

La première partie de la thèse révèle la présence de "Pratiques délibérées" (motrices et réflexives), de "Pratiques spontanées" (motrices et réflexives), de "Jeux délibérés", de "Jeux de règles", de "Jeux symboliques", de "Jeux d'exercice" et d'activités privées "Autres". De plus, un même artefact (ex. trampoline) sert à une variété d'activités privées. Ces résultats indiquent que « quelque chose » détermine le choix et la mise en place de ces activités privées. Côté et ses collègues (Côté et al., 2013, 2014), dans leur démarche de différenciation de la pratique et du jeu, proposent que la présence d'une tierce personne (adulte/entraîneur vs enfant/athlète) et la valeur personnelle (amélioration de la performance vs plaisir) constituent les facteurs directifs de l'activité menée. À l'évidence, la présence d'une tierce personne influe sur l'activité privée menée et son déroulement, et ce, par sa disponibilité et son accessibilité. De même, les fédérations sportives et les politiques gouvernementales influent sur la possibilité de tenir des activités privées et sur leur nature. Néanmoins, nous faisons l'hypothèse que ce n'est pas cette disponibilité et cette accessibilité seules qui déclenchent le choix et la mise en place de l'activité privée, ce serait aussi la valeur personnelle (Côté et al., 2013) qui provoquerait le choix de l'activité privée mise en place. Nous avons donc pour ambition dans la troisième partie de la thèse de présenter comment la valeur personnelle du skieur oriente le processus menant au choix et à la mise en place des activités privées. Toutefois une redéfinition de l'axe de valeur personnelle est requise puisque jouer ne procure pas automatiquement du

plaisir, c'est plutôt l'adéquation entre le jeu produit et le but à atteindre qui détermine l'attitude affective (plaisir) de l'enfant envers le jeu (Vygotsky, 1933).

PARTIE 3

ÉTUDE DU PROCESSUS DÉLIBÉRATIF ET DU PROCESSUS DE VALORISATION SOUTENANT LE CHOIX DE L'ACTIVITÉ PRIVÉE À MENER PAR LE SKIEUR DE BOSSES

Chaque personne est différente (...) Apprendre à se connaître pour les jeunes, la manière qu'ils vont travailler (...) qu'est-ce que toi tu as vu ? Pis qu'est-ce que lui ça a ressorti ? Pis de cette manière-là tu peux voir comment que l'enfant travaille, pis ajuster selon ça (...) Il y a du monde qui sont vraiment juste théorique (...) il y en a d'autres comme moi que, tsé qui doit se sentir comme ça (273).

ÉNA1H - À propos de ce que de jeunes skieurs peuvent apprendre de l'observation de ses performances.

3.1. Introduction

La première partie de la thèse a mis en évidence la variété des catégories d'activités privées dans le parcours de skieurs de bosses experts et prometteurs. Ces activités privées correspondent non seulement à des pratiques et des jeux identifiés dans la littérature sur le développement de l'expertise et du talent (Côté et al., 2013, 2014 ; Ericsson et al., 1993), mais également à des jeux contribuant au développement cognitif et moteur (Piaget, 1945). En sus des pratiques et des jeux, les skieurs évoquent des formes d'activités privées "Autres" n'ayant jamais été proposées dans la littérature et pourtant contributives au développement de leur expertise. Nous avons également montré que les activités privées apparaissent, disparaissent ou se maintiennent au cours du développement sportif. Elles déclinent en nombre et en variété au fur et à mesure des transitions des skieurs d'une équipe à l'autre.

À la fin de la première partie, il restait à comprendre le choix du skieur de mener, par exemple, une pratique délibérée, une pratique spontanée ou un jeu délibéré, souvent médiatisé par un même artefact (ex. le skieur peut mener une pratique délibérée, une pratique spontanée et un jeu délibéré sur le trampoline dans sa cour). Les deux axes discriminant la pratique et le jeu en sport (Côté et al., 2013, 2014) suggèrent que le choix de l'artefact et de l'activité qu'il mène dépendent de la structure sociale[107] et de la valeur personnelle qui permet de différencier la pratique du jeu.

De ce fait, la deuxième partie de la thèse s'est intéressée à la contribution des structures sociales au choix, à la mise en place et au déroulement des activités privées. Nous avons également considéré la contribution des systèmes écologiques formant l'environnement de l'athlète dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées. L'opportunité de mener les activités privées repose non seulement sur la présence de certaines conditions socioéconomiques et géographiques favorables ou défavorables, mais aussi sur la disponibilité des artefacts et de l'entourage social (entraîneurs, parents, fratrie et coéquipiers). La mise en place et le déroulement des activités privées sont sous-tendus par l'étayage direct ou indirect des entraîneurs, de la famille (parents et fratrie) et des coéquipiers. L'influence exercée par les tierces personnes sur les activités privées repose sur leur disponibilité, mais également sur la valorisation[108] par le skieur de leur étayage (ex. reconnaître et apprécier les connaissances des parents juges). La deuxième partie a également révélé que certains skieurs de bosses autorégulent leurs activités privées selon différents

---

[107] La structure sociale permet de différencier la pratique (dirigée par l'adulte/entraîneur/parents) du jeu (dirigé par l'enfant/coéquipiers/fratrie) par l'influence de l'entourage social dans la direction de l'activité privée menée. La structure sociale permet également de distinguer la pratique délibérée (entraîneur/parent) de la pratique spontanée (coéquipiers/fratrie/skieur seul).

[108] Ici le terme « valorisation » correspond à la définition du langage populaire : « Fait d'accorder une importance plus grande, davantage de valeur à quelqu'un ou à quelque chose » Valorisation [s.d.] dans *Centre National de ressources textuelles et lexicales*. Récupéré le 1er février 2017 de http://www.cnrtl.fr/definition/valorisation

moyens (section 2.5.4. de la deuxième partie). Dans tous les cas, les skieurs mettent en place et régulent le déroulement de l'activité privée, qu'elle soit menée de manière solitaire ou en compagnie des autres. Ce faisant, le skieur contribue au choix des activités privées au-delà de la disponibilité et des prescriptions[109] de son entourage social.

Ainsi, tout en reconnaissant l'influence exercée par les disponibilités artefactuelles, temporelles et sociales, cette troisième partie de la thèse s'intéresse à définir la contribution du skieur au choix de ses activités privées. Elle pose donc la question suivante : **Comment le skieur choisit-il ses activités privées ?**

Cette troisième partie de la thèse a donc pour enjeu de conceptualiser le processus menant le skieur à choisir une activité privée. Selon nous, ce processus repose sur la délibération et sur la valorisation d'activités privées particulières par le skieur. Pour ce faire, la troisième partie se décline en deux sections. Dans la première section (A), nous sollicitons la conceptualisation aristotélicienne de l'action volontaire de Ross (1995) et de Frere (2003) et la théorie de l'enquête de Dewey (1938). La délibération prend une place déterminante dans la réalisation de l'action volontaire et la résolution de l'enquête mène à la sélection des moyens (activités privées) à mettre en place. Ces référents théoriques offrent une conceptualisation philosophique et psychologique de la délibération permettant l'étude et l'interprétation d'un corpus qualitatif.

Une deuxième section (B) propose un cadre théorique phénoménologique et énactif de la valorisation par la considération du skieur comme un organisme vivant qui interagit avec son environnement selon sa perspective identitaire propre. Cette

---

[109] La deuxième partie de la thèse indique que seuls les entraîneurs et un parent prescrivent explicitement la tenue de pratiques délibérées. De plus, dans un cas, l'un des skieurs poursuit sa pratique spontanée de ski libre, et ce, malgré la demande par son entraîneur de cesser cette pratique.

transaction entre l'individu et son environnement est orientée par sa *sensibilité à* (Récopé et al., 2014), c'est-à-dire la valeur directrice correspondant à ce qui lui importe et ce pour quoi il s'emporte.

3.2. Problématique

Côté (Côté et al., 2013, 2014) suggère que l'axe de valeur personnelle sous-tend possiblement le choix de mener une pratique ou un jeu : l'athlète mènerait des pratiques lorsqu'il veut améliorer sa performance et il jouerait lorsqu'il veut avoir du plaisir. Une telle dichotomie nous apparaît problématique pour trois raisons. En premier lieu, nous avons amendé l'axe de valeur personnelle de Côté dans la première partie : jouer ne procure pas nécessairement du plaisir ; c'est la satisfaction des buts pour lesquels l'enfant joue qui procure le plaisir (Vygotsky, 1933). À titre d'exemple, si un skieur « veut skier plus vite dans les bosses » et qu'il choisit de réaliser un jeu ("Jeu délibéré – Ski libre") avec ses coéquipiers, une telle émulation l'incite à skier plus vite que ses coéquipiers et, en conséquence, à améliorer ses habiletés en vitesse. Le dépassement de la performance de ses coéquipiers et le fait de skier plus rapidement lui procurent du plaisir. La disparition du plaisir comme valeur discriminant le jeu de la pratique nécessite donc une nouvelle conceptualisation de la valeur personnelle, celle-ci reposant sur l'interaction entre le skieur et la situation. Ainsi, cette troisième partie de la thèse a pour enjeu de définir la valeur personnelle sous-tendant le choix de l'activité privée à accomplir.

En deuxième lieu, tant Ericsson que Côté associent le terme « délibéré(e) » à la pratique et au jeu. La définition de l'aspect délibéré du jeu est absente dans les écrits scientifiques et laisse place à l'argumentation. Ericsson, lui, traduit l'aspect délibéré de la pratique par un engagement intensif (effort) de l'individu à des fins

instrumentales d'amélioration de sa performance (Ericsson et al., 1993). La définition de l'aspect délibéré d'Ericsson correspond donc à la définition d'usage commun du mot « deliberate », c'est-à-dire *intentionnel* et non accidentel (O'Neill et Sargeant, 2006). Ainsi, l'aspect délibéré correspond à une intention de réaliser une pratique, encadrée par un professeur expert, lui permettant d'améliorer sa performance. Malgré cette inférence, nous croyons que le choix de ces activités repose sur un processus plus complexe que la définition d'intention donnée par Ericsson. Nous croyons que le choix de l'activité privée est le produit d'une délibération. Délibérer est une activité volontaire ayant pour enjeu de déterminer ce que l'individu doit faire devant une situation problématique (Arpaly et Schroeder, 2012), c'est-à-dire quels moyens/quelles actions il doit accomplir pour résoudre celle-ci (Arpaly et Schroeder, 2012; Shepherd, 2015). Ainsi, le choix d'une pratique ou d'un jeu constituerait un moyen permettant de résoudre une situation problématique (ex. performance insuffisante). Cette troisième partie de la thèse a donc pour enjeu d'étudier le processus délibératif menant au choix de l'activité privée à mener.

En dernier lieu, la conceptualisation de l'axe de valeur personnelle ne départage pas le choix d'une pratique délibérée de celui d'une pratique spontanée. En effet, ces deux pratiques sont soutenues par la même valeur » améliorer la performance » (Côté et al., 2013, 2014). Or, la pratique spontanée est produite de façon sporadique (Côté et al., 2013) et n'est pas systématiquement ou pédagogiquement planifiée (Côté et al., 2014). Selon Nordin et ses collègues (2006) [110] le processus délibéré est caractérisé par la quantité d'efforts et de concentration requise et le processus spontané est associé aux images sans fonction spécifique (Kosslyn, Seger, Pani et Hillger, 1990) survenant spontanément et quotidiennement chez toute personne. Ainsi, comment le

---

[110] Afin de mesurer quelles formes d'imagerie se rapprochent le plus de la définition de la pratique délibérée, Nordin et ses collègues (Nordin, Cumming, Vincent et McGrory, 2006) ont employé une échelle de Likert allant de « complètement spontanée » à « employée délibérément ».

skieur choisit-il la pratique à mener : choisit-il la pratique délibérée parce que ses parents peuvent rémunérer un entraîneur privé et/ou parce qu'il valorise l'encadrement de celui-ci ? Attribuer une pertinence[111] à la pratique et reconnaître l'apport d'un professeur expert, c'est leur accorder une importance. Ainsi, la possibilité qu'une valeur oriente ce choix est plausible. En effet, valoriser l'une ou l'autre des pratiques, c'est lui attribuer une valence positive ou négative (Anderson, 2014; Varela et Depraz, 2004) et reconnaître qu'elle constitue la meilleure solution à un problème (Anderson, 2014) et/ou qu'elle peut produire des bénéfices spécifiques (Dewey, 1915). Cette valorisation entraîne alors un mouvement d'approche ou d'évitement (Varela et Depraz, 2004) qui sous-tendrait possiblement le choix de l'activité privée par le skieur. D'ailleurs, la première et la deuxième partie de la thèse invoquent l'influence des valeurs : certains skieurs privilégient certaines activités privées et certains artefacts (ex. ÉNA1H a principalement mené des "Pratiques délibérées" motrices) et ils attribuent à leurs étayeurs des qualités valorisées (ex. formation de juge, expérience, lien d'amitié, etc.). Cette troisième partie de la thèse a donc également pour enjeu d'étudier le processus de valorisation sous-tendant le choix de l'activité privée à réaliser par le skieur.

SECTION A : LA CONTRIBUTION DU SKIEUR DANS LE CHOIX DES ACTIVITÉS PRIVÉES

3.3. Cadre théorique

Dans ses travaux sur le développement du talent, Bloom (1985a) montre que les aspirations menant à la pratique (au sens large d'entraînements et de pratiques

---

[111] Selon Ericsson (Ericsson et al., 1993), la pertinence est l'une des caractéristiques discriminatives de la pratique délibérée.

sportives) diffèrent selon les enjeux développementaux. En effet, lors du passage des *premières années* aux *années intermédiaires* (Bloom, 1985a), les apprenants rêvent de faire aussi bien ou encore mieux que le modèle de performance proposé par le professeur ou l'entraîneur (Sosniak, 1985b). Ils souhaitent également être compétitifs dans une discipline particulière (MacPhail et Kirk, 2006)[112] et meilleurs que les autres (Sosniak, 1985a). Pour ce faire, ils accroissent le nombre et l'intensité des entraînements hebdomadaires (Kalinowski, 1985) et ils adoptent une attitude plus sérieuse[113] envers leur pratique sportive (Monsaas, 1985). Dans la recherche auprès de nageurs, Kalinowski (1985) rapporte un extrait d'entretien évoquant la tenue d'activités privées pour maîtriser une technique de natation spécifique :

> À 13 ans, j'ai commencé à m'intéresser au sport comme une forme de science. J'ai commencé à lire des livres sur la santé. J'ai commencé à regarder des vidéos sur la technique de nage. Je regardais des films durant une heure tous les jours et ensuite j'allais à la piscine et j'essayais de reproduire ce que j'avais vu [Trad. libre][114] (Kalinowski, 1985, p. 166).

Selon Bloom (1985a), lors des *dernières années*, les individus souhaitent identifier les améliorations permettant d'augmenter leur performance (Bloom, 1985b). Par exemple, les nageurs analysent leur propre performance sur vidéo afin d'identifier les améliorations à produire (Bloom, 1985b) et ils se livrent avec une extrême intensité à la natation en plus de conduire un grand nombre de pratiques (Kalinowski, 1985). Dans le même sens, les joueurs de tennis mènent des pratiques après leurs heures d'entraînement (Monsaas, 1985). Enfin, les individus talentueux se comparent

---

[112] Cette étude emprunte le modèle développemental de la participation sportive de Côté (1999) (années de spécialisation) plutôt que celui de Bloom (1985a). Cependant, les enjeux développementaux de ces époques sont les mêmes.

[113] Ceci est d'ailleurs relevé chez les skieurs de bosses à la section 2.5.2.2.1.2. de la deuxième partie de la thèse.

[114] At thirteen, I started reading health books. I started watching stroke-technique films. I would watch films for an hour every day and then go out and try to do it.

régulièrement, de manière compétitive et instructive, à leurs coéquipiers aussi exceptionnels, observant ainsi la résolution par ces derniers de difficultés semblables (Bloom, 1985b).

Les activités privées menées par les skieurs de bosses sont probablement sous-tendues par des aspirations similaires à celles des individus talentueux de l'étude de Bloom (1985a). En effet, les skieurs de bosses ont mené une variété d'activités privées au cours de leur carrière sportive, dont des visionnements de vidéos de leurs performances et des performances d'autres skieurs de bosses.

Les aspirations sont possiblement à l'origine du processus menant au choix et à la mise en place des activités privées. Dès lors, nous étudierons les aspirations, que nous nommerons ici « désirs », déclenchant le processus menant au choix de l'activité privée à réaliser. Pour ce faire, nous sollicitons le cadre théorique de l'action volontaire d'Aristote qui définit le concept du désir. Ce cadre théorique propose également une conceptualisation de la délibération.

3.3.1. Conceptualisation de la délibération selon la phénoménologie aristotélicienne de la volonté

La « phénoménologie aristotélicienne de la volonté » (Frere, 2003, p. 264) est historiquement le premier cadre théorique à offrir une conceptualisation du mouvement volontaire, du choix volontaire (*proairesis* en grec) et de l'action volontaire. Aristote s'intéresse à l'action volontaire puisqu'elle permet de juger la responsabilité de l'homme pour l'action qu'il a commise (Ross, 1995). En octroyant ainsi la responsabilité de ses actions à l'individu, ce cadre théorique permet de rendre compte de la responsabilité du skieur dans le choix des activités privées qu'il a

conduites. Dès lors, dans cette troisième partie de la thèse, l'activité privée est considérée comme une action volontaire puisqu'elle a pour origine un agent (Ross, 1995).

Le mouvement volontaire relève de deux niveaux de réflexion : réfléchi et non-réfléchi. Dans le cas où le mouvement est réfléchi, celui-ci est le fait d'un homme qui « se meut tantôt guidé par une sorte de raisonnement syllogistique, tantôt et plus souvent guidé par le désir éclairant l'imagination ou l'intellect » (Frere, 2003, p. 165). Ce mouvement réfléchi correspond à une action volontaire et choisie (« collaboration de l'intellect et du désir », Frere, 2003, p. 265) puisqu'elle découle d'une délibération qui se produit par la traversée de cinq moments se succédant temporellement : le désir, la délibération, la perception, le choix et l'action.

Dans le cas où le mouvement est peu réfléchi (« primat du désir à l'intellect », (Frere, 2003, p. 265), les actions se déroulent rapidement : « lorsque l'on agit pour atteindre la fin que proposent la sensation, l'imagination ou la raison, on fait immédiatement ce que l'on désire. À l'interrogation ou à la réflexion se substitue l'acte du désir » (Frere, 2003, p. 265). Ce mouvement peu réfléchi correspond à l'action volontaire, c'est-à-dire un acte soudain (Aristote, 2008) « réalisé sous l'impulsion du moment, est volontaire mais non choisi » [Trad. libre][115] (Ross, 1995, p. 208). L'action volontaire ne comprend pas la délibération, la perception et le choix menant à l'action illustrant la différence entre l'action volontaire et choisie et l'action volontaire (Figure 3.1), tirée intégralement de Ross (1995, p. 209).

---

[115] Action done on the spur of the moment, are volontary but not chosen.

ACTION VOLONTAIRE ET CHOISIE		ACTION VOLONTAIRE	
Désir	Je désire A	*Désir*	*Je désire A*
Délibération	B est le moyen d'atteindre A C est le moyen d'atteindre B … N est le moyen d'atteindre M	~~*Délibération*~~	~~*B est le moyen d'atteindre A*~~ ~~*C est le moyen d'atteindre B*~~ ~~…~~ ~~*N est le moyen d'atteindre M*~~
Perception	N est quelque chose que je peux faire ici et maintenant	~~*Perception*~~	~~*N est quelque chose que je peux faire ici et maintenant*~~
Choix	Je choisis N	~~*Choix*~~	~~*Je choisis N*~~
Action	Je fais N	*Action*	*Je fais N*

Figure 3.1. Schéma chronologique de l'action volontaire et de l'action volontaire et choisie

Ainsi, est-il possible que le processus menant au choix de la "Pratique délibérée" et du "Jeu délibéré" emprunte cette trajectoire caractérisant l'action volontaire et choisie et est-il possible que le processus menant au choix de la "Pratique spontanée" emprunte la trajectoire caractérisant l'action volontaire ?

Pour distinguer le processus délibéré (action volontaire et choisie) du processus spontané (action volontaire), les cinq moments soutenant ces actions sont détaillés ci-dessous.

Premièrement, bien que la réflexion soutenant l'action volontaire se décline en deux niveaux, tant l'action volontaire que l'action volontaire et choisie relèvent d'un **désir** (Ross, 1995). Ce désir (souhait, *boulèsis* en grec)[116], rationnel ou irrationnel (appétit, pulsion) (Ross, 1995, p. 151), déclenche l'imagination de quelque chose de bien/bon[117] ou plaisant à atteindre et celui-ci est à l'origine de l'action. Le désir est

[116] Ce que l'individu veut réaliser et/ou le but souhaité (*telos* en grec) (Frere, 2003).

[117] Il peut également s'agir de quelque chose de mauvais : « Aristote n'imagine pas avec l'âme désirante une faculté psychique indépendante de la raison. Ce qu'il est en revanche le premier à penser, c'est une structure sous-jacente à tout mouvement, humain comme animal, rationnel comme irrationnel, moralement bon comme mauvais, qui requiert la coopération d'un désir et d'une instance discriminante et dont le résultat le plus manifeste est l'idée que le vertueux comme le vicieux agissent de leur plein gré » (Monteils-Laeng, 2013, p. 456).

donc orienté vers l'atteinte du bonheur et d'une vie « bonne, noble, heureuse et accomplie » (Dishaw, 2015, p. 41). Cette origine rationnelle (action volontaire et choisie) permet à l'individu d'établir des souhaits à long terme, tels des projets à long terme et des intentions futures[118] (Monteils-Laeng, 2013). Dès lors, en sport de compétition, cette vie bonne pourrait correspondre, par inférence, au surpassement des performances d'autrui et l'atteinte du statut d'être le meilleur athlète (Famose, 1993). Les activités privées constitueraient alors les moyens permettant la réalisation du désir/du souhait.

Le désir impulse l'action, tel que précisé par Monteils-Laeng : « l'actualisation de l'âme rationnelle transforme en effet de l'intérieur le désir (*orexis*) avec l'éclosion du souhait (*boulèsis*) qui transmet au niveau du désir ce que la raison estime être bon (*agathon*). Désormais, à notre capacité à agir spontanément s'ajoute le devoir de répondre de nos actes » (Monteils-Laeng, 2013, p. 442). En effet, « la *boulèsis* ne se confond pas avec la raison, elle n'évalue pas, ne pense pas, mais appelle à l'action » (Monteils-Laeng, 2013, p. 443) puisque c'est le désir qui est force motrice, ou plus exactement locomotrice (Aristote, 2013; Monteils-Laeng, 2013). Dans son article sur l'invention du désir chez Aristote, Monteils-Laeng (2013) précise :

> Ce qui meut l'action, ce n'est pas une faculté, mais un objet désirable identifié au bien (...) (2013, p. 450). L'objet du désir, le désirable (*to orekton*) ne se révèle que dans un acte de cognition : ce que l'on ne se représente pas, ce que l'on ne sent pas, ce que l'on ne pense pas, cela ne

---

[118] La *boulèsis* « prend généralement les contours d'un plan de vie global, d'un désir de bonheur formulé avec plus ou moins de précision, au sein duquel peuvent s'intégrer des résolutions à la fois plus particulières et plus immédiates. La *boulèsis* correspond ainsi à un horizon intentionnel général, à une aspiration solidaire d'une certaine conception de la vie que l'on voudrait mener parce qu'on la croit bonne. L'objet de la *boulèsis* se soustrait ainsi à celui du choix, en ce qu'il ne porte pas forcément sur ce qui dépend de nous (être heureux, riche, ou encore en bonne santé), il peut même glisser vers l'impossible » (Monteils-Laeng, 2013, p. 444).

> saurait se constituer en objet du désir (...) ce n'est donc pas le désir considéré de manière isolée, comme un état affectif ou un manque dont nous prendrions subitement conscience, qui constitue le moteur de l'agir, mais bien la conscience de l'objet du désir. Ce n'est pas le désir en lui-même mais l'objet du désir qui constitue notre raison d'agir (...) l'objet du désir n'est pas seulement connu, mais il est connu, senti ou représenté comme désirable... » (p. 453-454).

Deuxièmement, c'est lorsque l'individu **délibère** selon cette acception que l'action volontaire devient choisie, c'est-à-dire délibérée[119]. En effet, délibérer requiert une réflexion lors de laquelle l'individu s'interroge et décide sur les moyens à choisir, c'est-à-dire des moyens qui sont en son pouvoir et qui sont faisables ici et maintenant (Ross, 1995)[120] pour réaliser le but (désir) envisagé (Frere, 2003).

Troisièmement, lorsque l'individu **perçoit** qu'un moyen est celui lui permettant de réaliser son désir, il le choisit. Cette perception repose sur l'attribution de qualités aux différents moyens (Ross, 1995), telle la qualité d'être plus facilement réalisable (Frere, 2003) (ex. l'activité privée d'imagerie mentale qui ne nécessite aucun artefact ni la présence d'aucune personne). L'individu peut également percevoir que l'articulation de plusieurs moyens est nécessaire pour réaliser le désir (Aristote, 2008).

---

[119] Ainsi, qualifier de délibérée une activité privée menée par un skieur de bosses découle d'un processus délibératif similaire à celui qu'un jury conduit pour établir le verdict de culpabilité, c'est-à-dire pour établir si l'action commisse par l'accusé a été délibérément choisie et conduite (Ross, 1995). Ce parallèle entre la conduite d'une activité privée délibérée et la réalisation d'une action condamnable indique que conclure que l'action est délibérée, et donc choisie, rend l'individu responsable de son action.

[120] L'expression de la délibération - comparer (délibérer) les moyens entre eux selon le contrôle que l'on a et la possibilité de les mener- prend la forme des différentes lettres dans le schéma de Ross, qui constituent divers moyens possibles pour réaliser le désir.

Quatrièmement et cinquièmement, cette perception suscite un **choix** qui engendre une **action** volontaire et choisie. L'absence de la délibération, de la perception et du choix indique aussi une action volontaire, mais non choisie.

Enfin, l'identification des désirs à l'origine des activités privées est intéressante, en ce qu'elle permet de comprendre ce qui initie le processus menant au choix de l'activité privée puisque « les désirs (...) sont des représentations du monde tel que nous *voudrions* qu'il soit. Ainsi (...) lorsque le monde ne correspond pas à nos désirs (comme c'est presque toujours le cas), c'est *lui* que nos désirs nous intiment de transformer (...) il est donc raisonnable de supposer que nos actions sont traversées de part en part par des désirs » (Dishaw, 2015, p. 40). Le cadre théorique de la phénoménologie aristotélicienne de la volonté constitue donc un outil théorique pour étudier le processus menant aux choix des activités privées par le skieur de bosses, et ce, en étudiant tout particulièrement le désir à l'origine des activités.

Cependant, l'utilisation du cadre théorique de la phénoménologie aristotélicienne de la volonté n'est pas suffisant pour étudier le processus à l'origine du choix des activités privées menées. En effet, ce cadre théorique ne rend pas compte de la relation dépendante entre l'individu et son environnement matériel et humain, dont l'importance a été soulignée dans la deuxième partie de la thèse. En effet, les activités privées du skieur sont dépendantes des artefacts disponibles et de la mobilisation de l'entourage social (particulièrement lors de l'enfance (ÉR) et l'adolescence (ÉQ)). Dans ces circonstances, le cadre théorique d'Aristote ne peut à lui seul rendre compte des circonstances environnementales faisant émerger le désir, et ce, malgré la considération des moyens disponibles dans l'environnement – réalisable ici et maintenant – au moment de la délibération et de la perception.

Dès lors, un cadre théorique doit être ajouté à celui d'Aristote : le cadre théorique de l'enquête chez Dewey (1938). À la différence d'Aristote qui conceptualise le désir comme « affectif-moteur » (« *affective-motor* »), le désir chez Dewey est une valorisation réfléchie et consciente regroupant une activité « affective-idéation-motrice » (« *affective-ideational-motor activity* ») (Anderson, 2014). Chez Dewey, le désir est affectif par l' » union de la valeur et de l'appréciation » dirigée vers les conditions environnementales émergentes d'une recherche de moyens pour résoudre une situation problématique. Le désir est idéation et moteur parce qu'il prend la forme d' « intention », d'un « but » ou de « plan » (Anderson, 2014) ayant la capacité d'orienter les actions vers une fin, en prenant en compte les moyens de sa réalisation dans la situation (Dewey, 1938). De plus, le désir « possède un contenu cognitif puisque, par définition, il comprend une fin-en-vue. Dewey argumente que le désir émerge uniquement d'une réflexion portant sur ce qui doit être fait » [Trad. libre][121] (Anderson, 2014). Enfin, le désir chez Dewey est intimement lié à l'environnement au sein duquel il prend place et il provient d'une situation problématique constitutive de la genèse de l'enquête et de la délibération (Dewey, 1938).

3.3.2. Conceptualisation de la délibération selon la logique de l'enquête de Dewey

La deuxième partie a montré que le skieur évolue au sein de six systèmes écologiques (Bronfenbrenner, 1977) qui influent et délimitent les activités privées possibles (ex. la disponibilité des artefacts et des individus). Dans l'approche pragmatique de Dewey (1938), ces influences et délimitations systémiques sont regroupées dans le « *sens commun* » (common sens) : « je désignerai l'environnement dans lequel les êtres

[121] Desire has a cognitive (propositional) content, because by definition they embody an end-in-view. Dewey argues that desires arise only as the result of reflection on what to do (Anderson, 2014).

humaines sont directement impliqué l'environnement du sens commun ou « monde » » [Trad. libre][122] (Dewey, 1938, p. 60).

Au sein de ce sens commun, l'interaction entre l'individu et son environnement détermine de deux manières les objets pouvant être utilisés : selon l'usage (*use*) et selon l'appréciation[123] (*enjoyment*). L'usage dépend des qualités attribuées aux choses et aux événements, déterminant ainsi l'adaptabilité et la capacité (*the fitness and capacity*) de ceux-ci. L'interaction détermine aussi l'appréciation de ces choses et de ces événements en tant que symboles propres à la culture de l'individu (ex. la rampe d'eau est un artefact qui permet au skieur de sauter sur l'eau et de qualifier leurs sauts inversés) (Dewey, 1938). L'utilisation et l'appréciation d'un objet sont liées à la signification (sense) qui, elle, est acceptée par le groupe social de l'individu (common) (ex. l'utilisation, par les skieurs d'une même cohorte, d'un crayon ou d'un bonhomme pour réaliser un saut, voir la section 2.5.2.1.4. de la deuxième partie) :

> Tous les groups culturels possèdent un ensemble de significations qui sont ancrées profondément dans les coutumes, les occupations, les traditions et les manières d'interpréter l'environnement et la vie en groupe, qu'ils forment les categories de base du système langagier par lequel les détails sont interprétés. Ils sont régulateur et « normative » des croyances et jugements spécifiques [Trad. libre][124] (Dewey, 1938, p. 62).

---

[122] I shall designate the environment in which human beings are directly involved the common sens environment or « world ». Ainsi, dans cette partie de la thèse, l'environnement de l'athlète est conceptualisé selon la définition du sens commun de Dewey et non selon celle de Bronfenbrenner.

[123] Dans des travaux ultérieurs, Dewey remplace le terme « enjoyment » par « satisfaction » ou « fufillment » (Whittemore, 1973, p. 58).

[124] It is a commonplace that every cultural group possesses a set of meanings which are so deeply embedded in its customs, occupations, traditions and ways of interpreting its physical environment and group-life, that they form the basic categories of the language-system by which details are interpreted. Hence they are regulative and « normative » of specific beliefs and judgments.

Au cours de son existence au sein du sens commun, l'individu rencontre des problèmes correspondant à l'usage des objets et au plaisir tirés des objets, des activités, des produits et des matériaux du monde dans lequel il vit (Dewey, 1938). Ces problèmes téléologiques[125] sont rencontrés dans la quotidienneté, changeant les comportements de tous les jours (Dewey, 1938). D'ailleurs, la carrière sportive rencontre inévitablement une diversité d'incidents qui influent sur les activités privées : le bris d'un artefact peut mettre fin à une activité privée, alors qu'en revanche, une blessure peut occasionner la mise en place d'activités privées (section 2.5.2.2.6. de la deuxième partie). En conséquence, ces problèmes occasionnent la rupture de l'habitude.

La présence de problèmes dérange le fonctionnement habituel en créant un besoin, des doutes et le désir d'investiguer ce qui a créé cette rupture (dans le fonctionnement habituel) afin de pouvoir agir pour revenir au fonctionnement habituel ou déterminé (Garrison, 1999). La rupture de l'habitude est particulièrement nuisible en milieu sportif puisque les athlètes doivent constamment offrir des performances de haut niveau. Dès lors, nombreux sont ceux qui, lorsque leurs performances en compétition ne sont pas représentatives de leurs attentes, cherchent des moyens, telle la préparation mentale (Crocker, 2016), pour les corriger.

Les problèmes du sens commun causant la rupture de l'habitude créent une situation indéterminée (Dewey, 1938). Devant celle-ci, l'individu peut se sentir perturbé, troublé, confus et/ou percevoir la situation comme ambigüe, obscure et/ou comme présentant des tendances conflictuelles, etc. (Dewey, 1938). En ski de bosses, la situation indéterminée peut être perçue comme confuse lorsque l'issue de la situation

---

[125] « Common sens is concerned, directly and indirectly, with problems of use and enjoyment, it is inherently teleogical » (Dewey, 1938, p. 76).

ne peut être anticipée (ex. comment atterrir sur les pieds en exécutant un saut inversé avec deux vrilles pour la première fois) ; elle peut être perçue comme obscure puisqu'au cours du mouvement, les conséquences finales ne peuvent être clairement dégagées (ex. comment le skieur s'oriente en accomplissant le saut inversé) ; elle peut être perçue comme conflictuelle lorsqu'elle présente des réponses discordantes (ex. les skieurs obtiennent des pointages des juges qui apparaissent en dichotomie avec la qualité qu'ils accordent à leur performance).

L'expérience d'une situation indéterminée entraîne l'individu à enquêter et/ou à délibérer pour remédier à la situation (Dewey, 1938). Nous pensons que les skieurs de bosses réalisent des activités privées pour résoudre les situations indéterminées rencontrées au cours de leur parcours sportif. L'activité privée choisie permettant cette résolution doit donc prendre en compte les caractéristiques de la situation indéterminée. C'est pourquoi le choix de l'activité privée est probablement le résultat d'une enquête et d'une délibération (Dewey, 1938). Ces deux concepts sont utilisés de manière interchangeable par Dewey, bien qu'à notre lecture l'enquête prend une forme plus formelle et par étapes tandis que la délibération est présentée en discours continu. Ainsi, à des fins de clarté, nous les présentons séparément.

3.3.2.1. Enquêter pour identifier qu'une activité privée peut rendre la situation indéterminée en situation déterminée

Selon notre postulat, le skieur résoudrait la situation indéterminée en choisissant une activité privée. Pour y parvenir, il peut enquêter : « L'enquête est la transformation contrôlée ou dirigée d'une situation indéterminée en une situation qui est si déterminée en ses distinctions et relations constitutives qu'elle convertit les éléments

de la situation originelle en un tout unifié » [Trad. libre][126] (Dewey, 1938, p. 104). L'enquête menant au rétablissement de la situation déterminée se décompose en quatre transitions critiques[127] présentées dans le tableau suivant (Dewey, 1938) (Tableau 3.1).

Tableau 3.1. Les transitions composant l'enquête chez Dewey (1938)

	Noms de la transition[128]	Enjeux de cette transition
1.	La situation indéterminée comme antécédent de l'enquête[129]	Déclencher la nécessité d'agir pour rendre la situation indéterminée en situation déterminée.
2.	L'institution d'un problème[130]	Reconnaître la problématique posée par la situation indéterminée afin d'orienter le déroulement de l'enquête.
3.	La proposition d'une solution au problème[131]	Distinguer les éléments constitutifs de la situation indéterminée et problématique afin d'offrir une solution - sous forme d'hypothèses - permettant la création d'une situation déterminée[132].
4.	Le raisonnement	Examiner la pertinence et l'importance des hypothèses au cours du raisonnement afin de déterminer sa capacité fonctionnelle, c'est-à-dire sa

[126] Inquiry is the controlled or direct transformation of an indeterminate situation into one that is so determinate in its constituent distinctions and relations as to convert the elements of the original situation into a unified whole.

[127] L'appellation des différentes phases repose sur notre traduction libre.

[128] The antecedent conditions of inquiry: the indeterminate situation, institution of a problem, the determination of problem-solution and reasoning.

[129] « La situation indéterminée n'est pas ipso facto problématique, elle ne le deviendra que par l'enquête » (Fabre, 2006, p. 17).

[130] L'institution d'un problème identifie ce qui constitue un déséquilibre existentiel (Fabre, 2006).

[131] Au moyen de l'observation, l'individu relève les « faits expliquant la situation (*facts of the case*) » (Dewey, 1938, p. 109), c'est-à-dire les conditions caractérisant la situation et devant être considérées dans la solution choisie.

[132] « A possible relevant solution is then suggested by the determination of factual conditions which are secured by observation. The possible solution presents, therefore, as an idea, just as the terms of the problem (which are facts) are instituted by observation. Ideas are anticipated consequences (forecasts) of what will happen when certain operations are executed under and with respect to observed conditions (...) The more the facts of the case come to light in consequence of being subjected to observation, the clearer and more pertinent become the conceptions of the way the problem constituted by these facts if to be dealt with (...) An idea is first of all an anticipation of something that may happen; it marks a possibility » (Dewey, 1938, p. 109).

		fonction de direction de l'observation et de détection des faits présents dans la situation. Cette proposition, présente dans le discours de l'individu, devient porteuse du moyen à mettre en place qui dirigera l'activité, permettant ainsi de créer des évidences matérielles appuyant ou réfutant son applicabilité[133].

Au moyen de l'enquête, le skieur dispose d'une hypothèse lui permettant de rendre la situation indéterminée en situation déterminée. La formulation de l'hypothèse est constituée d'un tout unifié recherché, c'est-à-dire la projection (Gotesky, 1963) d'une fin-en-vue (Trad. libre de « *end-in-view* »). La fin-en-vue est une « anticipation d'une conséquence existentielle, une fin dans le sens d'une fin épanouie et terminale » [Trad. libre][134] (Dewey, 1938, p. 166). Cette fin-en-vue correspond à quelque chose de désirable (Gotesky, 1963), instituant le désir de l'atteindre (Anderson, 2014; Gotesky, 1963).

La fin-en-vue peut à la fois découler de l'enquête et la précéder et/ou se construire au cours de celle-ci. Elle guide l'observation indiquant à l'individu ce qu'il doit observer ou ce qu'il est en train d'observer lors de la proposition d'une solution au problème (Dewey, 1938). La fin-en-vue dirige l'enquête afin d'identifier les actions à conduire pour la réaliser (Dewey, 1938). Le choix des actions à conduire repose sur la proposition possédant la meilleure probabilité de modification de la situation actuelle vers la situation future désirée (fin-en-vue), devenant ainsi la dernière fin-en-vue (Dewey, 1938), tel qu'illustré par l'exemple suivant où l'atteinte du lieu sûr représente la dernière fin-en-vue :

---

[133] « A hypothesis, once suggested and entertained, is developed in relation to other conceptual structures until it receives a form in which it can instigate and direct an experiment that will disclose precisely those conditions which have the maximum possible force in determining whether the hypothesis should be accepted or rejected. Or it may be that the experiment will indicate what modifications are required in the hypothesis so that it may be applicable, i.e., suited to interpret and organize the facts of the case » (Dewey, 1938, p. 112).

[134] Anticipation of an existential consequence, an end in the sens of a fulfilling close and termination.

- À la vue d'une voiture se dirigeant vers lui et menaçant de le percuter (situation indéterminée), l'homme a pour fin-en-vue d'être dans un endroit sécuritaire. Dans cet exemple, sa fin-en-vue n'est pas le concept de sécurité, mais bien être en lieu sûr. Cette fin-en-vue prend la forme de plan d'action devant être conduit pour atteindre ce lieu sûr[135]. L'enquête et/ou la délibération détermine le plan d'action à réaliser.

En somme, pour être qualifiée de fin-en-vue, il faut que l'individu puisse conduire les actions pour l'atteindre (Gotesky, 1963). Toutefois, l'adoption d'une fin-en-vue est également dépendante du jugement que l'on porte sur les coûts associés à le réaliser (ex. les moyens nécessaires pour réaliser la fin-en-vue et les conséquences possibles en l'atteignant) (Anderson, 2014). Ce dernier positionnement est d'ailleurs en congruence avec le cadre d'Aristote qui stipule que le choix du moyen est relatif à sa possibilité d'être réalisé ici et maintenant.

3.3.2.2. Délibérer pour identifier l'activité privée qui peut rendre la situation indéterminée en situation déterminée

Une recherche sur les écrits de Dewey et des commentateurs de ses travaux (Anderson, 2014; Dewey, 1915, 1916a, 1938, 1976; Frega, 2010; Garrison, 1999; Dewey, 1916; Saint-Germier et Truc, 2005; Westbrook, 1999; Whittemore, 1973) ne permet pas d'établir le moment d'entrée en jeu de la délibération au cours de l'enquête. Une seule recherche appuie la présence de la délibération lors de *la proposition d'une solution au problème* (Ralston, 2010). Dans le livre *Logic : The Theory of Inquiry*, la délibération est évoquée lors de *la proposition d'une solution au problème* et le *raisonnement*, sans être définie. La définition et la conceptualisation

---

[135] « The end-in-view of the man who sees an automobile approaching him is getting to a place of safety, not safety itself. (...) it takes the form of an operation to be performed » (Dewey, 1938, p. 166)

de la délibération apparaissent uniquement dans le chapitre « *Judgment of Practice : Evaluation* » (Dewey, 1938, p. 159).

La délibération apparaît lorsque l'individu est en présence d'une situation indéterminée lors de laquelle il ne sait pas ce qu'il pourrait ou doit faire, mais il sait qu'il doit prendre une décision (Dewey, 1915, 1938) :

> Les situations qui évoquent la délibération et dont une décision résultat sont elles-mêmes indéterminées en ce qui peut et doit être fait. Elles requièrent que quelque chose soit fait. Mais quelle actions sont à conduire est justement la question [Trad. libre][136] (Dewey, 1938, p. 161).

La délibération a donc pour enjeu de déterminer la manière d'agir (Dewey, 1922). Ainsi, au cours de la délibération, l'individu instaure et examine, dans son imaginaire (dramatic rehearsal) les différents plans d'action possibles (Dewey, 1922). À titre d'illustration, devant l'incapacité d'atterrir ses sauts (360°) sur ses pieds (situation indéterminée requérant un changement), le skieur pourrait délibérer à propos de l'activité privée à mener pour résoudre cette situation : 1) je pourrais sauter sur la neige ; 2) je pourrais sauter sur le trampoline ; 3) je pourrais visionner des vidéos. Outre la délibération des différents plans d'action possibles, l'individu considère également leurs conséquences possibles (Garrison, 1999) :

---

[136] The situations which *evoke* deliberation resulting in decision are themselves indeterminate with respect to what might and should be done. They require that *something* should be done. But *what* action is to be taken is just the thing in question.

> La véritable délibération procède par l'instauration et l'examen des plans d'action alternatifs et la considération de leurs conséquences [Trad. libre][137] (p. Dewey, 1938, p. 170).

> La signification de chacune des actions alternatives est construite en termes de conséquence qui découlerait de l'action conduite. Le développement de cette signification prend place dans le raisonnement sous forme de « si telle alternative est adoptée, telle, telle et telle conséquence peuvent être anticipées » [Trad. libre][138] (Dewey, 1938, p. 172).

Ces plans d'action prennent la forme de propositions déclaratives et procédurales portant sur un moyen ou plusieurs moyens permettant de vaincre et/ou de contourner les obstacles (Dewey, 1938). En ski, ces propositions déclaratives et procédurales peuvent prendre cette forme : « si je choisis de sauter sur la neige, je pourrai analyser si ce qui nuit à ma motion est lié à mon positionnement sur le saut (cette conséquence est unique au saut sur la neige) ; si je choisis de sauter sur le trampoline, je pourrai ressentir l'exécution de ma vrille, mon positionnement dans les airs et mon parallélisme avec le sol (cette conséquence peut aussi être observée en sautant sur la neige) ; si je choisis la vidéo, je pourrai observer mon positionnement sur le saut et dans les airs, la répartition de mon poids sur mes skis, etc. ». Tout comme lors de l'enquête, la fin-en-vue est la conséquence envisageable de tel ou tel moyen et elle permet la redirection de l'action (Dewey, 1938). Enfin, la dernière fin-en-vue (le lieu sûr dans l'exemple ci-haut) est celle qui dirige les moyens mis en place pour conduire l'opération et celle-ci correspond à ce qui permet l'action (Dewey, 1915).

---

[137] Genuine deliberation proceeds by institution and examination of alternative courses of activity and consideration of their respective consequences.

[138] The meaning of each alternative mode of action is constructed in terms of the consequences which acting upon it will produce. The development of this meaning takes place through reasoning in the form *"If* such an alternative be adopted, *then* such and such and such consequences may be expected to follow".

Néanmoins, l'instauration de la fin-en-vue relève du jugement pratique (Anderson, 2014).

3.3.2.3. Employer le jugement pratique et le jugement de valeur pour choisir l'activité privée à mener

Chez Dewey (1938), le jugement intervient autant dans l'enquête que dans la délibération. Le jugement a pour conséquence le choix des actions transformant la situation indéterminée en situation déterminée. Ce jugement repose sur l'interdépendance entre le *jugement pratique*[139] (ce jugement apporte des modifications pratiques pour restaurer la situation déterminée) et le *jugement de valeur* (la valorisation d'un moyen créant la situation déterminée) (Dewey, 1915, 1938). Ces deux jugements sont des actes, c'est-à-dire des actions (Frega, 2010) qui orientent le déroulement des activités futures et la continuité de l'existence (Dewey, 1938).

Dans le milieu sportif, les entraîneurs et les préparateurs mentaux (Crocker, 2016) fixent, conjointement avec l'athlète, des buts de résultats (classement) et des buts de performance (descente à réaliser en compétition), créant ainsi des programmes d'entraînement répondant à ces attentes de performance (attentes du sens commun). Pour atteindre ces exigences, les sportifs se demandent « quoi faire ? » pour améliorer leur performance. Cette question porte sur l'action à conduire. Pour mieux faire, par exemple, le skieur de bosses désire maîtriser un saut, le 360° (fin-en-vue). Il désire

---

[139] Quand une habitude ne peut se poursuivre, l'individu doit réfléchir sur le problème posé par la situation (Anderson, 2014). Dès lors, l'individu délibère afin de trouver les moyens pour résoudre la situation, mais également les causes l'expliquant. Ce faisant l'individu identifie la problématique, imagine les différents moyens possibles pour résoudre la situation et leurs conséquences. Cette délibération mène à un jugement pratique qui correspond au moyen identifié comme pouvant résoudre la situation.

réaliser une activité privée, mais disposant que d'une heure, il débute son enquête en considérant tout d'abord la situation dans laquelle il se trouve. Il a non seulement à choisir entre deux artefacts, le centre de trampoline ou les pentes de ski, mais également entre quatre étayeurs : les entraîneurs, les parents, la fratrie ou les coéquipiers.

Devant ces disponibilités artefactuelles et humaines, le skieur délibère entre, par exemple, ces deux activités privées : 1) le centre de trampoline lui demande 30 minutes de trajet avec ses parents et il peut accomplir plusieurs sauts sur le trampoline ; 2) il habite à côté des pentes de ski et ses coéquipiers peuvent l'accompagner, mais il ne sait pas si les sauts sont accessibles sur les pentes (en construire un prendrait 2h). Le jugement pratique et le jugement de valeur lui permettront de faire son choix.

Selon Dewey (1916b), l'environnement offre aux individus des « données » (*data*) (artefactuelles, sociales, etc.) disponibles à la valorisation. La valorisation se produit par l'institution d'une valeur à un objet n'ayant pas de valeur au préalable (Dewey, 1915) et cette valeur traduit la capacité de l'objet à rétablir la situation déterminée (Dewey, 1916b). Cette évaluation se présente sous forme de valorisation[140] (« valuing ») et d'appréciation[141] (« enjoyment ») porteuse d'une valence, positive ou négative (Anderson, 2014). Le jugement de valeur est instrumental puisqu'il guide la

---

[140] « Affective aspect of valuing with finding something good, appreciating it » (Anderson, 2014).

[141] « When we enjoy something, as when we savor an ice cream cone, we are actively engaged with it ». (...) These activities, not just passive experiences (...) « Only when a valuing is subjected to evaluation or appraisal, when the question arises wheter (one ought) to value (seek, hoard, gobble up) ice cream, does the child formulate a value judgment proper, as an answer to the question » (Anderson, 2014).

conduite humaine[142] vers la meilleure solution au problème (Anderson, 2014). L'objet devient valorisé par son caractère de moyen permettant l'atteinte de certaines conséquences (d'où son affiliation avec le jugement pratique). La valeur accordée à ce moyen est objective (et non subjective) parce qu'elle s'inscrit dans une situation pratique (Dewey, 1915). Dewey illustre le jugement de valeur par l'exemple de l'homme malade qui juge que voir le médecin est le bon moyen pour retrouver sa santé[143].

Ainsi, le choix de l'activité privée reposerait alors sur le jugement du skieur, qui attribue une valeur aux différentes caractéristiques des activités privées. La valeur attribuée au moyen repose dans l'estimation de sa capacité à rendre la situation déterminée (Dewey, 1916b). Par exemple, le skieur valorise-t-il le nombre de sauts possible, la personne qui peut l'accompagner, la proximité de l'artefact avec la réalisation d'un saut sur la neige, etc. Selon les caractéristiques qu'il valorise, ce skieur ira vers ces objets et il évitera ou rejettera ce qu'il ne valorise pas (Anderson, 2014). Son choix de l'activité privée correspond donc à ce qui lui permettra de réaliser un 360° (fin-en-vue), c'est-à-dire l'activité privée qu'il valorise parmi toutes les activités privées possibles : « le choix n'est pas l'émergence de préférences devant

---

[142] La définition de la conduite humaine de Dewey comprend le corps en mouvement, l'observation, la réflexion, l'imagination, le jugement et la réponse affective à ce que l'on observe et pense (Anderson, 2014). La conduite humaine inclut autant l'activité consciente qu'inconsciente et l'action réflexive et non réflexive (Anderson, 2014).

[143] « When a man is ill and after deliberation concludes that it be well to see a doctor, the doctor doubtless exists antecedently. But it is not the doctor who is judged to be the good of the situation, but the seeing of the doctor: a thing which, by description, exists only because of an act dependent upon a judgment. Nor is the health the man antecedently possessed (or which somebody has) the thing which he judges to be a value; the thing judged to be a value is the restoring of health » (Dewey, 1915, p. 516).

l'indifférence. C'est l'émergence d'une préférence unifiée parmi des préférences en compétition » [Trad. libre][144] (Dewey, 1922, p. 193).

L'application du jugement met fin à l'enquête et à la délibération (Dewey, 1916b), c'est-à-dire au choix de l'activité privée à mener. En effet, « décider de la direction de l'action, c'est instituer un choix » [Trad. libre][145] (Dewey, 1922, p. 192-193). Les jugements pratiques et de valeur ne sont pas des fins absolues en soi (Dewey, 1938) puisque l'action découlant de la délibération n'est jamais configurée de la même manière selon les besoins de l'individu et les caractéristiques de la situation (Garrison, 1999). Les skieurs de bosses ont possiblement réalisé une variété d'activités privées pour ces raisons.

3.3.3. Combinaison du cadre théorique aristotélicien de la volonté et du cadre théorique de l'enquête de Dewey pour étudier le processus menant le skieur à choisir une activité privée

La combinaison du cadre théorique aristotélicien de la volonté et du cadre théorique de l'enquête de Dewey offre une schématisation théorique et hypothétique du processus délibératif et de valorisation menant au choix de l'activité privée (Figure 3.2).

---

[144] Choice is not the emergence of preference out of indifference. It is the emergence of a unified preference out of competing preferences.

[145] This decisive direction of action constitute choice.

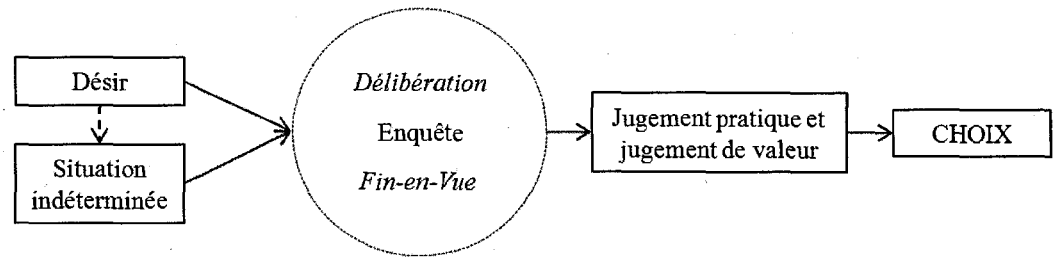


Figure 3.2. Schématisation théorique et hypothétique du processus délibératif et de valorisation menant le skieur à choisir une activité privée

Ce processus théorique et hypothétique débuterait par la présence d'un désir (Aristote). Ce désir peut être présent ou non dans une situation indéterminée (Dewey). Tout comme le désir, la situation indéterminée déclencherait le processus. La réalisation du désir et la résolution de la situation indéterminée requiert du skieur qu'il enquête/délibère (Aristote/Dewey) entre les différentes activités privées possibles. Les définitions de la délibération d'Aristote et de Dewey sont similaires puisque toutes deux soutiennent une délibération entre différents moyens permettant l'action. Cette enquête et cette délibération sont orientées par la fin-en-vue recherchée par le skieur (Dewey). Le jugement pratique et le jugement de valeur (Dewey) mettent fin à l'enquête/la délibération et détermineraient le choix de l'activité privée à mener.

L'identification de ce processus permettra d'établir si les activités privées menées par les skieurs de bosses sont réellement délibérées.

3.4. Hypothèses de recherche

À partir des cadres théoriques de l'action volontaire d'Aristote et de l'enquête de Dewey, cette troisième partie a pour enjeu d'étudier les hypothèses suivantes :

1. Toutes les catégories d'activités privées ont pour origine des désirs (Aristote) qui prennent racine au sein du sens commun (Dewey) et dans leurs environnements (systèmes écologiques, Bronfenbrenner, voir deuxième partie de la thèse) (H1) ;
2. La présence de situations indéterminées provoque la recherche d'activités privées (H2);
3. Les activités privées qui sont réellement délibérées relèvent d'une enquête (Dewey) et/ou d'une délibération (Aristote/Dewey) (H3) ;
4. Le jugement pratique et le jugement de valeur (Dewey) déterminent l'activité privée à mettre en place (H4) ;
5. L'activité privée choisie a le potentiel de réaliser la fin-en-vue (Dewey) et l'atteinte du bon (Aristote) (H5).

Afin d'étudier ces hypothèses, nous avons mené simultanément avec la méthode d'entretien présentée dans la première partie de la thèse (voir section 1.4. de la première partie) un entretien de décryptage. Nous avons décidé de présenter ces deux méthodologies d'entretien séparément puisqu'elles servent des questions de recherche différentes. Enfin, l'emploi de méthodologie d'analyse inductive et thématique permet de « produire des connaissances qui mettront à l'épreuve un cadre théorique prédéfini, qui serviront à vérifier des hypothèses ou à expliquer des phénomènes après qu'ils aient été définis » (Trudel et al., 2006, p. 39).

3.5. Méthodologie d'entretien et de décryptage

La méthodologie d'entretien qualitative et rétrospective présentée dans la première partie de la thèse est insuffisante pour faire émerger le processus délibératif et de valorisation ayant mené les skieurs de bosses à choisir leurs activités privées. C'est la raison pour laquelle, à la méthodologie d'entretien inspirée de l'entretien d'explicitation (Vermersch, 1994) (entretien qui s'inscrit dans une perspective phénoménologique) s'ajoute l'entretien de décryptage, c'est-à-dire une « technique de questionnement qui vise (...) à partir de l'émergence d'une émotion, la mise en mots des croyances et des valeurs qui donnent sens aux stratégies du sujet sur la base d'une cristallisation identitaire, c'est-à-dire d'une identification à des messages structurants relevant de l'histoire du sujet » (Faingold, 1998, p. 4).

3.5.1. L'entretien de décryptage

Selon Faingold (1998), l'entretien d'explicitation peut faire apparaître des éléments porteurs d'émotions, tant positives que négatives ; l'action que conduit l'individu ne serait pas uniquement liée aux stratégies utilisées pour réaliser l'action, mais aussi à son identité[146]. Dans ces moments, l'émotion prend « le pas sur l'action et devient l'essentiel de ce que le sujet évoque » (Faingold, 1998, p. 3). Faingold (1998) propose d'engager alors un entretien de décryptage. L'emploi de cet entretien de décryptage amènera, chez le skieur, une prise de conscience « des logiques subjectives internes qui peuvent rendre compte de la manière dont il/elle incarne dans sa pratique ce qui

---

[146] « L'identité correspond au pôle égoïque chez P. Vermersch, et aux niveaux logiques des enjeux et des valeurs (qu'est-ce qui est important ?), de l'identité (qui es-tu ?) de l'appartenance (à qui es-tu relié ?) et de la mission (au nom de quoi ?) chez Robert Dilts » (Faingold, 2016, p. 2).

fait sens pour lui/elle en termes identitaires, mais aussi la mise en évidence des liens de signifiance entre des temps discontinus de sa biographie » (Faingold, 2011, p. 30). Nous pourrons ainsi accéder à ce qui oriente (désirs, délibération, jugement pratique, jugement de valeur (valorisation) et fin-en-vue) le choix des activités privées menées par les skieurs de bosses, et ce, malgré l'éparpillement des activités privées à différents moments de la carrière.

Afin de susciter cette trame identitaire, Faingold (1998) représente les informations satellites accompagnant l'émotion évoquée en entretien (Figure 3.3) :

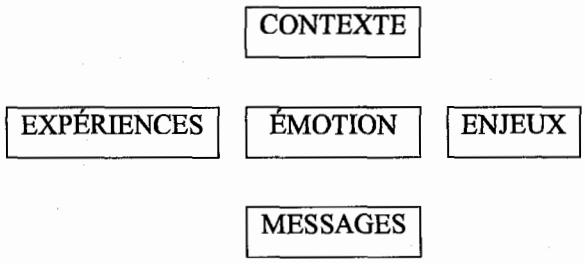


Figure 3.3. Informations satellites et émotion dans l'entretien de décryptage

Tout comme pour l'entretien d'explicitation, Faingold (1998) suggère d'explorer l'émotion en investiguant le contexte l'entourant, les enjeux qui y sont liés, les expériences passées et les messages structurant[147] l'activité. Voici des exemples de formulation de questions pour décrypter les informations satellites de l'émotion (Faingold, 1998, p. 4) :

---

[147] « Les messages structurants peuvent avoir été construits dans l'enfance par le sujet pour donner sens à une situation vécue comme incompréhensible ou insupportable. Ils peuvent aussi avoir pour origine l'identification à des messages venus de l'extérieur, « tu es nul » devenant par exemple « je suis nul ». Les croyances ont la caractéristique de se transformer en généralisations et de s'appliquer de manière souvent inadaptée à toute situation présentant la moindre analogie avec les situations d'origine » (Faingold, 2005, p. 5).

- Les valeurs : « et quand tu fais ça, qu'est-ce qui est important pour toi ? »
    - Exemple d'évocation : « J'essayais de, de skier vite pis être capable d'me, de bien me ralentir. Tsé des fois tsé skier vite c'est quelque chose, mais, pour…le, l'important de skier c'est être capable de se ralentir. C'est la manière de se ralentir qui va faire que tu vas skier vite (ÉNA3H, 385) »
- Les messages structurants procurant du sens à l'activité : « et quand tu fais ça, qu'est-ce que tu crois par rapport à ça ? »
    - Exemple d'évocation : « Je crois beaucoup au côté mental aussi faque y'a fallu que je consulte mon psychologue sportif (ÉNC9F, 32) »
- Les expériences de référence qui peuvent surgir d'elles-mêmes en cours de décryptage et qui, si elles relèvent de la vie privée du sujet, sont parfois mentionnées par la personne, mais ne sont pas travaillées en tant que telles dans un cadre d'analyse.
    - Exemple d'évocation : « Des sauts je t'avouerais ça m'est déjà arrivé de regarder ça frame by frame pour voir vraiment comment il exécutait certains sauts (…) j'en ai regardé quand même beaucoup puis la même chose pour la technique de ski là (…) Vraiment frame by frame pour regarder quels mouvements qu'il fait, à quel moment (ÉNA2H, 282)

Ainsi, ces formulations favoriseront l'accès à ce qui importe au skieur, définissant ainsi son identité du skieur, et comment celui-ci contribue au choix de ses activités privées.

3.5.2. Validité de l'entretien qualitatif et rétrospectif pour accéder à la contribution du skieur dans le choix de ses activités privées

La méthodologie d'entretien qualitatif et rétrospectif (explicitation et décryptage) incite le skieur à évoquer les activités privées réalisées au cours de sa carrière sportive. Une recherche (Côté, Ericsson et Law, 2005) visant la construction et la validation d'un entretien rétrospectif auprès de la population sportive a permis l'accès à la remémoration de la qualité des entraînements (pratique délibérée) (en termes de

faits et non de ressentis sensorimoteurs) et des périodes de blessures. Cependant, cette étude montre que l'expérience subjective de concentration, d'efforts, et de plaisir est plus difficilement accessible en entretien. En effet, la méthode de ces chercheurs repose sur des questions générales permettant la reconstruction et l'inférence des souvenirs[148]. Afin de dépasser cette limite, la construction de notre grille d'entretien (section 1.4.4. de la première partie), à partir de l'entretien d'explicitation et l'entretien de décryptage, facilite l'accès à l'expérience subjective encodée dans la mémoire.

3.6. Méthode d'analyse et résultats

La construction de la méthodologie d'entretien, portant sur le « quoi, qui, quand, où, pourquoi et comment » des activités privées, n'a pas favorisé l'évocation des transitions de l'enquête et de la délibération ayant mené au choix des activités privées (H3). Les questions d'entretien portaient directement sur l'activité privée conduite, son déroulement et les conséquences en découlant. Ainsi, le processus d'enquête menant à l'activité privée permettant la résolution de la situation indéterminée et le processus de délibération entre les différentes activités privées n'ont pu être obtenus. Toutefois, nous avons été en mesure d'identifier le jugement pratique et le jugement de valeur révélant le choix de l'activité privée à conduire.

---

[148] « Our interview procedure was designed under the assumption that when individuals answer interview questions based on recall of past episodic experiences, these individuals will be more accurate and reliable than when they are forced to infer and reconstruct answers to general questions (see Ericsson et Simon, (1993), for the theoretical rationale) » (Côté, Ericsson et Law, 2005, p. 4).

Notre méthodologie d'entretien a favorisé l'évocation des désirs, des situations indéterminées, des jugements et des fins-en-vue. L'évocation et l'analyse du déroulement des activités privées rendent compte de la nature délibérative et d'enquête de certaines activités privées.

Cette section est découpée en quatre sous-parties regroupant les hypothèses de recherche, la méthode d'analyse et les résultats : 1) les désirs à l'origine des activités privées (H1/H5) ; 2) les situations indéterminées à l'origine des activités privées (H2/H5) ; 3) le jugement de valeur détermine l'activité privée à conduire (H4/H5) ; 4) certaines activités privées réflexives sont des enquêtes (H3/H5).

3.6.1. Les désirs à l'origine des activités privées

La considération des activités privées comme des actions volontaires et/ou des actions volontaires et choisies suppose que celles-ci soient sous-tendues par des désirs. Cette proposition soulève donc la question suivante : quels sont les désirs à l'origine des activités privées ?

3.6.1.1. Méthode d'analyse : Identification des désirs à l'origine des activités privées

Les matériaux rassemblant les extraits de verbatim relatifs aux activités privées répertoriées dans la première partie sont à nouveau analysés pour dégager les désirs correspondant à chacune des activités privées (Annexe H), permettant d'identifier si les activités privées sont volontaires (Aristote). Chaque extrait portant sur une catégorie d'activités privées est découpé, par la chercheure principale, selon trois moments : 1) avant l'activité privée (discours portant sur les préoccupations du skieur

avant la conduite de l'activité privée) ; 2) pendant l'activité privée (discours portant sur le déroulement de l'activité privée, dans un ici et maintenant (emploi du « je »)) ; 3) après l'activité privée (discours portant sur les conséquences de l'activité privée dans l'acquisition de l'expertise).

Les extraits correspondant à « avant l'activité privée » représentent les désirs évoqués comme étant à l'origine des activités privées, c'est-à-dire précédant l'évocation de l'action volontaire. Les extraits correspondant à « pendant l'activité privée » ne sont ni utilisés ni présentés dans la présente partie (une partie de ces informations, c'est-à-dire l'étayage et l'autorégulation des activités privées, a été présentée dans la deuxième partie de la thèse). Enfin, les extraits correspondant à « après l'activité privée » représentent les conséquences découlant de l'activité privée. Celles-ci seront présentées dans la quatrième partie de la thèse.

Outre l'identification de la trame du déroulement de l'activité privée pour distinguer les désirs, les mots « veux », « but », « essayer » et « apprendre », représentants du champ lexical des désirs, permettent de les identifier. En plus de ce découpage des verbatim et du repérage des mots cibles, la prise en compte du contexte de l'activité privée permet d'atteindre la nature des désirs puisque « le contexte peut faire apparaître la signification, laquelle n'est pas dans la connaissance des causes, mais dans la connaissance de tous les éléments présents reliés entre eux » (Paillé et Mucchielli, 2006, p. 30). Ci-dessous se trouve un exemple, chez trois skieurs de bosses, de l'analyse de l'activité privée "Pratique spontanée – Trampoline maison" sur l'ÉR (Tableau 3.2). Les mots en gras correspondent aux désirs.

Tableau 3.2. Regroupement des verbatim correspondant aux désirs à l'origine de la "Pratique spontanée – Trampoline maison" de trois skieurs de bosses sur l'ÉR

	ÉNA1H	ÉNA3H	ÉNC8H
Avant l'activité privée (choix)	*Pour **aider mon saut** acrobatique puis en même temps c'est sûre qu'avec un bon sens aérien j'aidais mes, mes sauts dans les bosses. (...) j'savais que ma trampoline allait aider beaucoup... mes, mon sens aérien surtout pour les sauts, mais également pour les bosses (54).*	*Quand je revenais sur la trampo, **j'essayais de faire un peu c'que eux faisaient** genre. (...) C'est comme en les regardant juste, à **vouloir faire comme eux** que ça marché (157).*	*C'était dans le temps que je commençais à faire des corks pis... sur la neige, en tout cas, moi quand j'ai commencé j'en landais 50% mettons. Fac **mon but c'était juste d'en faire 100 par jour sur la trampo juste pour m'habituer dans les airs**, même si ils sont pas bons, juste, être habitué dans les airs d'en faire pour le lander plus souvent sur neige (142).*
Pendant l'activité privée (mise en place et déroulement)	*Non évoqué*	*Tsé le même mouvement de bras (...) Je le comprenais pas, mais je le faisais aussi (157).*	*Non évoqué*
Après l'activité privée (conséquences)	*Tu développes un sens aérien de comment, de comment atterrir tout le temps sur les jambes puis pour pas te perdre dans les airs. Tu développes ton sens aérien (46).*	*Pis un moment donné j'ai compris que tsé c'est pour te faire gagner d'la révolution (157).*	*Même si y'est pas beau, j'voulais le lander, j'étais tanner de tomber (142).*

Suivant l'identification des extraits correspondant aux désirs pour chaque activité privée évoquée et pour chaque skieur, nous avons mené une analyse thématique (Paillé et Mucchielli, 2006). Ce regroupement permet l'émergence de thèmes et de catégories (Annexe I) décrivant la nature des désirs ayant mené les skieurs de bosses à conduire des activités privées. La codification d'un thème et d'une catégorie est illustrée par l'exemple des trois skieurs de bosses de la "Pratique spontanée – Trampoline maison" sur l'ÉR (Tableau 3.3).

Tableau 3.3. Analyse thématique des désirs à l'origine de la "Pratique spontanée – Trampoline maison" de trois skieurs de bosses (ÉR)

	ÉNA1H	ÉNA3H	ÉNC8H
Thèmes des désirs	Vouloir améliorer ses sauts	Vouloir imiter un modèle (saut)	Vouloir exécuter un cork 1080°
Catégories associées aux thèmes	Habiletés en sauts	Habiletés en sauts	Habiletés en sauts

Par la suite, les désirs identifiés sont répertoriés selon les équipes de ski de bosses afin d'établir si ceux-ci sont cohérents avec les enjeux du développement sportif.

3.6.1.2. Résultats : treize catégories de désirs à l'origine des activités privées de skieurs de bosses experts et prometteurs

L'analyse thématique révèle 95 désirs[149] (thèmes) ayant mené les skieurs à choisir et mettre en place leurs activités privées[150] (Annexe H et Annexe I). Les désirs à l'origine de six activités privées étaient non-identifiables. Les désirs identifiés sont regroupés sous 13 catégories selon leur orientation vers : les habiletés techniques du ski et des sauts, les enjeux sociaux, la performance globale, l'expérience affective, la condition physique, l'observation d'un modèle d'exécution motrice, la résolution de problèmes, l'institution, la préparation mentale, la préparation à la performance, le

[149] Le nombre total de désirs (n = 95) est inférieur au nombre d'activités privées évoquées (n = 394) puisque les désirs sont comptabilisés une seule fois malgré la continuité de l'activité privée sur plusieurs équipes de ski de bosses. De plus, au cours des entretiens, les désirs à l'origine des activités privées n'ont pu être accessibles pour l'ensemble des activités privées évoquées, par manque de temps et par focalisation sur les activités ne correspondant pas aux activités privées identifiées.

[150] Nous avons volontairement laissé de côté les activités privées de visionnement de vidéos de soi et des autres puisqu'une section sera dédiée à la présentation de ces activités dans la quatrième partie de la thèse.

dépassement du niveau de performance d'un autre skieur et la construction de sauts enneigés. Les 13 catégories sont décrites dans les sections suivantes.

3.6.1.2.1. Désirs orientés vers les habiletés techniques (du ski et des sauts)

Les désirs orientés vers les habiletés techniques incluent deux catégories : les habiletés techniques orientées vers le ski et les habiletés techniques orientées vers le saut.

Dix skieurs de bosses évoquent des désirs orientés vers les habiletés techniques de ski (ÉNA1H, ÉNA2H, ÉNA3H, ÉNA4H, ÉNC7H, ÉNC10F, ÉQ11H, ÉQ13F, ÉQ14H, ÉQ15H) et tous les skieurs de bosses évoquent des désirs orientés vers les habiletés techniques en sauts. Une partie des désirs orientés vers les habiletés techniques à l'origine des activités privées est commune pour les techniques du ski et des sauts : les skieurs désirent mener des activités privées tant en ski qu'en sauts pour améliorer leurs habiletés techniques, pour relever des défis techniques et pour imiter un modèle d'exécution technique.

Dans d'autres cas, les désirs sont spécifiques aux habiletés techniques de ski : vouloir skier plus vite, vouloir skier pour skier, vouloir lire un livre sur la technique de base en ski, vouloir visualiser des habiletés à acquérir en ski et vouloir améliorer son style de ski.

D'autres désirs sont propres aux habiletés en sauts : vouloir apprendre de nouveaux sauts, vouloir réaliser des sauts ayant un coefficient de difficulté plus élevé (qui rapporte plus de points), vouloir faire le plus de sauts possibles, vouloir sauter haut et vouloir réaliser son premier backflip.

Les désirs liés aux habiletés en ski sont associés à l'ensemble des catégories d'activités privées, les désirs liés aux habiletés en sauts sont également liés à l'ensemble des catégories d'activités privées, excepté la "Pratique délibérée réflexive".

3.6.1.2.2. Désirs orientés vers des enjeux sociaux

Le désir de mener une activité privée avec un membre de l'entourage social (n = 13 ; ÉNA1H, ÉNA2H, ÉNA3H, ÉNA4H, ÉNB5H, ÉNC8H, ÉNC9F, ÉNC10F, ÉQ11H, ÉQ12F, ÉQ13F, ÉQ14H, ÉQ15H) est la catégorie de désirs la plus diverse. En effet, la variété de personnes disponibles dans l'entourage (entraîneurs, parents, fratrie et coéquipiers) offre au skieur la possibilité de mener une activité privée avec un entraîneur, un parent, un frère ou une sœur et un coéquipier ou des coéquipiers. À titre d'illustration, les skieurs de bosses désirent réaliser des activités privées pour être en compagnie de leurs coéquipiers (ex. vouloir skier avec ses amis), pour obtenir un étayage de leurs coéquipiers et de leur fratrie (ex. vouloir se faire *coacher* par son coéquipier), pour offrir eux-mêmes un étayage (ex. vouloir *coacher* des jeunes), pour être aussi bon sinon meilleur que leur coéquipier (ex. vouloir exécuter les mêmes sauts que ses coéquipiers) et vouloir parler avec ses parents et sa fratrie (ex. vouloir parler avec son père de la compétition).

Enfin, ces désirs sont associés à la "Pratique spontanée" (motrice et réflexive), le "Jeu délibéré", le "Jeu d'exercice" et les activités privées "Autres".

3.6.1.2.3. Désirs orientés vers la performance globale

Onze skieurs (ÉNA1H, ÉNA2H, ÉNA3H, ÉNB5H, ÉNC8H, ÉNC9F, ÉNC10F, ÉQ12F, ÉQ13F, ÉQ14H, ÉQ15H) évoquent des désirs liés à la performance en ski de bosses, c'est-à-dire la réalisation d'une descente complète de ski de bosses (la réalisation des habiletés techniques de ski et des sauts à haute vitesse) et des habiletés nécessaires pour réussir dans le sport (ex. conditionnement physique). Ainsi, les skieurs de bosses mènent des activités privées car ils désirent améliorer leur niveau de performance, simuler une descente de compétition, tout faire pour réussir et obtenir de bons résultats en compétition.

Enfin, ces désirs sont associés à la "Pratique délibérée" (motrice et réflexive), la "Pratique spontanée" (motrice et réflexive), le "Jeu délibéré", les activités privées "Autres" et le "Jeu de règles".

3.6.1.2.4. Désirs orientés vers l'expérience affective

Certaines activités privées sont initiées par des désirs affectifs (n = 11 ; ÉNA1H, ÉNA2H, ÉN3H, ÉNB5H, ÉNB6H, ÉNC7H, ÉNC10F, ÉQ11H, ÉQ12F, ÉQ15H, ÉQ16H). En effet, les skieurs de bosses désirent réaliser une activité privée lorsqu'ils éprouvent une émotion (ex. avoir hâte d'aller skier et par passion) et/ou lorsqu'ils veulent ressentir une émotion au cours de celle-ci (ex. s'amuser). Ces désirs sont à l'origine de toutes les catégories d'activités privées ("Pratique délibérée" (motrice et réflexive), la "Pratique spontanée" (motrice), le "Jeu délibéré", le "Jeu d'exercice", le "Jeu de règles", les activités privées "Autres" et le "Jeu symbolique").

Enfin, l'attitude plus sérieuse (section 2.5.2.2.1.2. de la deuxième partie de la thèse) suscite également le désir de réaliser des activités privées tout comme le désir d'apprécier affectivement et techniquement leur performance.

3.6.1.2.5. Désirs orientés vers la condition physique

La nature des désirs à l'origine des activités privées de conditionnement physique (n = 8 ; ÉNA1H, ÉNA2H, ÉNA3H, ÉNC8H, ÉNC9F, ÉQ11H, ÉQ14H, ÉQ16H) est similaire chez plus d'un skieur : les skieurs désirent améliorer et maintenir leur condition physique. Ils désirent également spécialiser leur entraînement aux exigences du ski de bosses, garder un niveau d'activité physique lors des congés et suivre le plan d'entraînement. Ces désirs sont associés à la "Pratique délibérée" (motrice), la "Pratique spontanée" (motrice) et au "Jeu délibéré".

3.6.1.2.6. Désirs orientés vers l'observation d'un modèle d'exécution motrice

Les activités privées d'observation en direct d'autres athlètes (skieurs ou trampolinistes) ont pour origine des désirs d'observer un modèle d'exécution motrice (n = 6 ; ÉNA3H, ÉNA4H, ÉNC9F, ÉNC10F, ÉQ11H, ÉQ14H). Ces skieurs et trampolinistes experts et/ou meilleurs que l'observateur sont des modèles d'exécution des meilleures réalisations techniques d'un geste (ex. vriller). Les skieurs désirent aussi observer les autres qui sont meilleurs qu'eux pour comprendre la logique derrière la programmation de leur entraînement. Enfin, ces désirs sont uniquement associés à la "Pratique spontanée réflexive".

3.6.1.2.7. Désirs orientés vers la résolution de problèmes

La recherche de résolution d'un problème rencontré sur la piste est un désir à l'origine d'activités privées réflexives (n = 6 ; ÉNA4H, ÉNB5H, ÉNC7H, ÉQ13F, ÉQ14H, ÉQ16H). Ces désirs sont uniquement associés à la "Pratique spontanée réflexive" (voir les trois études de cas détaillées à la section 3.6.5.).

3.6.1.2.8. Désirs orientés vers l'institution

Les désirs à l'origine de certaines pratiques délibérées reposent sur l'adhérence aux prescriptions de l'institution (n = 5 ; ÉNA4H, ÉNC8H, ÉNC10F, ÉQ12F, ÉQ15H). Ces désirs liés à l'institution prennent la forme de respect des prescriptions et d'obtention des services pour lesquels le skieur paie. Ces désirs sont uniquement associés à la "Pratique délibérée".

3.6.1.2.9. Désirs orientés vers la préparation mentale

Les désirs à l'origine des activités privées "Autres» de préparation mentale (n = 4 ÉNA3H, ÉNC7H, ÉNC8H, ÉNC10F) reposent sur des désirs de régulation des symptômes du stress et d'accroissement de la confiance. Enfin, ces désirs sont uniquement à l'origine des activités privées "Autres – Préparation mentale".

3.6.1.2.10. Désirs orientés vers la préparation à la performance

Désirant préparer leur performance future, deux skieurs (ÉNC10F, ÉQ16H) mènent des activités privées réflexives (vidéos des autres et imagerie mentale) pour identifier les caractéristiques de la piste et revoir les stratégies de compétition (ex. visualiser la descente de compétition et les sauts). Ces désirs sont associés à la "Pratique spontanée réflexive".

3.6.1.2.11. Désirs orientés vers le dépassement du niveau de performance d'un skieur

Certaines activités privées menées en compagnie des coéquipiers et de la fratrie reposent sur des désirs de dépassement de la performance de ceux-ci (n = 2 ; ÉNA3H, ÉQ12F). Ces désirs sont uniquement associés au "Jeu délibéré", où l'enjeu est de « battre » l'autre. Ces désirs sont nourris par les étayages d'émulation.

3.6.1.2.12. Désirs orientés vers la construction de sauts enneigés

Deux skieurs (ÉNA2H, ÉNB6H) ont mené des activités privées "Autres» de construction de sauts enneigés. Toutefois, un seul (ÉNB6H) évoque le désir d'essayer de construire des sauts de bosses. En effet, le désir de « s'amuser » est à l'origine de l'activité privée "Autres – Construction de sauts enneigés enneigés".

Treize catégories de désirs ont pu être identifiées et l'ensemble des catégories d'activités privées ont au moins une catégorie de désirs à leur origine. Certains désirs émergent en l'absence d'une situation indéterminée (ex. tout faire pour réussir). D'autres désirs sont liés à l'environnement (microsystème et exosystème) du skieur

(ex. dépasser le niveau de performance d'un skieur, enjeux sociaux, observation d'un modèle d'exécution motrice, etc.) et à la présence d'une situation indéterminée (ex. résolution de problèmes). Le partage de catégories de désirs par plusieurs skieurs renforce l'inscription des activités privées dans le sens commun (groupe culturel) et dans une culture sportive spécifique (ex. la majorité des skieurs évoquent des désirs orientés vers les habiletés techniques). Enfin, uniquement les skieurs sur l'ÉN évoquent des désirs liés à la préparation mentale.

Ces résultats confirment donc notre première hypothèse : toutes les catégories d'activités privées ont pour origine des désirs (Aristote) qui prennent racine dans leurs environnements et au sein du sens commun. Ces désirs indiquent quelque chose de bien/bon ou plaisant à atteindre pour ces skieurs. Enfin, l'identification des désirs, selon le cadre théorique d'Aristote, a également révélé la présence de désirs correspondant à la définition de Dewey puisque l'explicitation de ces désirs, par les skieurs, est inséparable de la situation évoquée dans laquelle ils émergent et de ce que les skieurs souhaitent atteindre comme fin-en-vue au moyen de leur activité privée. Les désirs correspondant à la définition de Dewey comprennent donc les conséquences du choix de l'activité privée.

3.6.1.3. Les désirs sont orientés vers une fin-en-vue

La méthode d'analyse créée à partir de la définition du désir d'Aristote a permis de dégager les désirs présentés dans la section précédente (Annexe I). Parmi ces désirs, certains correspondent à la définition du désir de Dewey puisqu'ils sont porteurs d'une fin-en-vue (n = 12). La fin-en-vue correspond à la situation future désirée. En effet, l'utilisation du mot « pour » suggère que quelque chose est fait « en vue de » et

« à cette fin »[151]. Ainsi, certains skieurs expriment un désir X pour atteindre une fin-en-vue Y (Tableau 3.4) :

Tableau 3.4. Exemples de désirs orientés vers des fins-en-vue

Désirs	Fins-en-vue	Activités privées/ époques/skieurs
Vouloir lire un livre sur la technique de base en ski de bosses POUR	construire les activités privées de conditionnement physique	PDL/ÉQ/ÉQ14H
Vouloir tout faire POUR	réussir	PDCP/APM/ÉR/ÉNA1H
Vouloir regarder des photos POUR	apprendre	PSRP/ÉQ/ÉQ14H
Vouloir visualiser ses sauts POUR	le lendemain ou le jour même afin d'apporter les correctifs	PSRIM/ÉQ/ÉQ16H
Vouloir skier POUR	skier	JESL/ÉR/ÉNA1H, ÉQ11H, ÉQ13H, ÉQ14H/ÉQ, ÉQ13F
Vouloir observer une vidéo POUR	comprendre la technique de base en ski de bosses	PDRVI/ÉQ/ÉQ14H
Vouloir améliorer la condition physique POUR	performer (offrir une bonne performance)	PDCP/ÉR/ÉNA1H, ÉQ/ÉQ16H, ÉN/ÉNA1H, ÉNA2H
Vouloir faire du sport POUR	la passion que cela procure	PSCP, ÉQ/ÉN, ÉNB6H
Vouloir visualiser une mauvaise sensation POUR	la corriger	PSRIM/ÉN/ÉNA4H
Vouloir discuter avec sa sœur POUR	améliorer sa ligne de ski	PSRP/ÉQ/ÉQ16H
Vouloir observer les autres POUR	créer son propre style	PSO/ÉR/ÉQ/ÉNA4H
Vouloir visionner des vidéos le soir POUR	voir les bonnes performances	APM/ÉN/ÉNC8H

En somme, ces désirs orientés vers des fins-en-vue caractérisent autant les "Pratiques délibérées" que les "Pratiques spontanées", les "Jeux d'exercice", les "Pratiques réflexives" et les activités privées "Autres". Ces résultats remettent donc en doute l'attribution du qualificatif « délibéré » au jeu et « spontanée » à la pratique puisque les fins-en-vue sont présentes dans l'enquête. Qui plus est, certains désirs sont à

[151] Le mot « pour » marque l'idée de destination et/ou une relation de causalité. Pour [s.d.] dans *Centre National de ressources textuelles et lexicales*. Récupéré le 1er février 2017 de http://www.cnrtl.fr/definition/pour

l'origine de plusieurs catégories d'activités privées et certains désirs communs à plusieurs skieurs sont à l'origine d'une même activité privée.

3.6.1.4. Résultat inattendu : Modification de l'artefact pour atteindre la fin-en-vue

Lors de nos analyses, trois évocations d'activités privées montrent comment deux skieurs de bosses font preuve de créativité en adaptant leur activité privée pour atteindre leur fin-en-vue, c'est–à-dire pour obtenir les conséquences recherchées par l'activité privée. Bien qu'aucune hypothèse n'ait été formulée à ce propos, cette observation est importante dans la compréhension de l'apport des activités privées dans le développement de l'expertise. Dès lors, ces modifications d'artefacts sont présentées au moyen de deux extraits, portant l'un sur le trampoline et l'autre sur la neige, puisque ceux-ci constituent des exemples typiques et détaillés de la modification de ces artefacts.

Deux skieurs (ÉNA3H et ÉQ16H) ont usé de créativité en sautant sur leur trampoline maison (toile noire) depuis un endroit plus haut (le toit de la pergola et le toit de la maison). Cette adaptation leur a permis d'obtenir un rebond (hauteur) similaire à celui des trampolines olympiques (toiles blanches). Par cette adaptation, ils ont pu exécuter leurs sauts avec une hauteur et une amplitude qui ressemble à celle d'un saut sur la neige réalisant ainsi leur fin-en-vue :

> J'ai comme un gros module blanc en arrière (pergola) (*se lève pour montrer*). J'me suis construit sur le top, je ne sais pas si tu vois, y'a comme une plaquette, (**D** : Attends, sur le dessus…). Ouais, y'a comme, sur le coin, là y'a comme une plaquette que j'ai construite. Puis je sautais de la plaquette sur ma trampo pis le premier rebond y'était, **il sautait aussi haut** qu'une (…) une toile blanche (…) Faque j'pouvais faire des doubles, ou **pratiquer des vrais sauts comme des vrais backfull sans**

> **rusher** (précipiter). En partant d'en haut ça me donnait un bond d'une vraie toile, assez, ça donnait vraiment assez haut, je revolais par-dessus l'affaire blanc (121) J'pouvais même sauter sur la trampo pis faire nouveau bond pis revenir en haut. J'm'installais pis là j'faisais *poooop*, du saut en bas dès que sur la trampo, pis le rebond **j'faisais toute la manœuvre que j'voulais faire** (*mouvement des mains illustrant le saut*) (ÉNA3H, 127).

Le skieur ÉNA3H, souhaitant exécuter des sauts sur la neige en compagnie de son coéquipier, change ses skis de bosses pour des « snowblades[152] » puisque les conditions environnementales ne permettent pas la construction d'un saut offrant assez d'amplitude pour exécuter des sauts inversés avec des skis :

> J'ai tout l'temps construit un saut, moi pis Bruce on allait. Quand on a appris à faire des flips (...) On a construit un saut là, mais vu qu'il était pas assez gros pour nos skis faire des flips on se mettait des snowblades pour le faire, pour que ça rentre. Faque là on pouvait faire, tsé on essayait, on était pas encore capable de faire des corks avec des skis mais on essayait avec nos snowblades là, sur un petit saut (351).

En somme, l'évaluation des conséquences de l'activité privée au cours de son déroulement et/ou avant de la mettre en place peut amener le skieur à entreprendre des modifications de l'artefact pour que celui-ci réponde à son désir et lui permette d'atteindre sa fin-en-vue (re-problématisation de la situation indéterminée).

---

[152] Les snowblades mesurent 75 cm contrairement au ski de bosses qui mesurent plus de 75cm (les skis de bosses sont approximativement la même grandeur que le skieur).

3.6.1.5. Un même désir est à l'origine de plusieurs catégories d'activités privées ou d'une même catégorie d'activité privée

Tout d'abord, l'analyse thématique des désirs à l'origine des activités privées montre que plusieurs activités privées de natures différentes ont pour origine un désir commun (n = 20)[153] (thèmes dans l'Annexe I). Par exemple, le désir « *Vouloir s'amuser* » est lié à 11 catégories d'activités privées ("Pratique spontanée – Rampe d'eau" (PSR[154]), "Pratique délibérée – Camp d'entraînement" (PDCE), "Pratique délibérée réflexive – Artefact" (PDRA), "Jeu d'exercice – Ski libre" (JESL), "Jeu délibéré – Trampoline maison" (JDTM), "Jeu délibéré – Snowpark" (JDS), "Jeu délibéré – Tremplin" (JDT), "Jeu d'exercice – Trampoline maison", JETM, "Jeu symbolique – Imagination" (JSI), "Autres – Mixte" (AM), "Autres – Construction de sauts enneigés enneigés" (ACS)) et le désir « *Vouloir apprendre un nouveau saut/essayer un nouveau saut/essayer n'importe quoi* » est associé à dix catégories d'activités privées (PSR, "Pratique spontanée – Snowpark" (PSS), "Pratique spontanée – Trampoline centre" (PSTC), "Pratique spontanée – Sauter sur la neige" (PSSN), "Jeu délibéré – Sauts sur la neige" (JDSN), JDS, JDTM, JDT, JETM, AM). Dans 18 cas, les désirs sont associés à des catégories d'activités privées différentes (ex. "Pratique délibérée", "Pratique spontanée" et "Jeu délibéré"). Dans

---

[153] Les désirs « vouloir dépasser son niveau actuel de performance » (PDR, PSTM, JDS), « vouloir atteindre l'ÉQ ou l'ÉN » (PDCS, PDCP, PSSL), « vouloir tout faire pour réussir » (PDCP, APM), « vouloir se visualiser descendre le parcours de compétition » (PDRIM, PSRIM), « vouloir reproduire des compétitions » (JRA, AM), « vouloir imiter son modèle » (PSSL, JSSL), « vouloir apprendre l'exécution d'un backflip » (PDR, PSTM, PSTC), « vouloir améliorer ses sauts » (PDG, PSTM, PSS), « vouloir réaliser un saut avec un plus haut DD » (PSSN, JES), « vouloir sauter haut » (PDCE, JSI), « vouloir apprendre/essayer un 360° » (PDSN, PSSN), « vouloir imiter un modèle (saut) » (PSTM, AM), « vouloir exécuter un cork 1080° » (PSTM, PSTC), « vouloir reproduire des sauts avec un crayon » (JSA, JRA), « vouloir spécialiser l'entraînement de conditionnement physique à son sport » (PDCP, JDCP), « vouloir suivre le programme d'entraînement » (PDCP, PDJO), « vouloir skier avec son/ses ami/amis » (PSSL, JESL, PSS), « vouloir réussir les mêmes sauts que ses coéquipiers » (JDS, JDT).

[154] Veuillez vous référer à la liste d'abréviations.

deux cas, les désirs sont associés à la même catégorie d'activités privées (ex. "Jeu délibéré"), mais l'artefact est différent (ex. Snowpark dans un cas, trampoline dans l'autre).

Ensuite, certains désirs communs (n = 10) à plusieurs skieurs sont à l'origine de la même catégorie d'activités privées : Vouloir vaincre ses faiblesses ("Pratique spontanée – Ski libre" (PSSL), deux skieurs), vouloir skier pour skier ("Jeu d'exercice – Ski libre" (JESL), quatre skieurs), vouloir skier les bosses (PSSL, deux skieurs), vouloir dépasser le niveau de compétence de l'autre (JDSL, deux skieurs), vouloir améliorer sa condition physique pour performer ("Pratique délibérée – Conditionnement physique" (PDCP), trois skieurs), vouloir faire ses premiers backflips (AM, deux skieurs), vouloir aider sa sœur dans sa technique de ski ("Autres – Étayer d'autres personnes" (AEDP), deux skieurs), vouloir discuter de ses difficultés avec son coéquipier/fratrie ("Pratique spontanée réflexive – Parler" (PSRP), cinq skieurs), vouloir observer le meilleur skieur ("Pratique spontanée réflexive – Observation des autres" (PSRO), deux skieurs) et vouloir observer son modèle (PSRO, deux skieurs).

Pour conclure, ces 30 désirs sont évoqués par plus d'un skieur, signifiant qu'au moins deux skieurs ont mené une activité privée pour réaliser le même désir. La présence de 30 désirs communs signifie donc que les autres désirs (n = 65) sont évoqués par un skieur seulement. Ce constat indique donc que le désir est intrinsèquement lié au skieur qui l'évoque et que ce sont ses désirs qui déclenchent probablement le processus de délibération menant à la mise en place des activités privées. La présence de ce constat justifie le besoin de porter un regard individuel sur les entretiens dans la partie B de cette troisième partie de la thèse.

3.6.1.6. Les catégories de désirs fluctuent peu au cours de la carrière en ski de bosses

La première partie de la thèse révèle que certaines catégories d'activités privées apparaissent au cours du temps, d'autres perdurent ou disparaissent. Malgré ces constats, les catégories de désirs associées à ces activités privées fluctuent minimalement[155].

12 catégories de désirs sont présentes lorsque les skieurs de bosses sont sur l'équipe régionale (ÉR). Seuls les désirs liés à l'institution sont absents. En effet, ces désirs sont associés aux "Pratiques délibérées – Journées Optionnelles" qui ne sont offertes qu'à la cohorte #5 par des entraîneurs de l'ÉQ.

Sur l'ÉQ, uniquement les catégories du dépassement de performance de quelqu'un d'autre et la construction de sauts enneigés ne sont pas évoquées par les skieurs de bosses (n = 11). Les activités privées ayant à l'origine ces désirs prennent fin à cette époque. Enfin, les désirs évoqués sur l'ÉQ perdurent sur l'ÉN (n = 11).

En somme, le choix des activités privées des skieurs de bosses experts et prometteurs est non seulement attribuable à la recherche d'une amélioration de la performance (désirs liés au conditionnement physique, à la résolution de problèmes, dépassement du niveau de performance d'un autre skieur et amélioration des techniques de ski et de sauts) et à la recherche de plaisir, mais également aux relations sociales et à la construction de sauts. Les désirs évoqués par les skieurs corroborent ceux identifiés dans l'étude de Bloom (1985a), c'est-à-dire faire comme les modèles, être meilleurs que les autres et identifier les améliorations à faire pour augmenter la performance.

---

[155] Pour savoir précisément quels désirs sont présents sur quelles équipes, voir l'Annexe H.

Les enjeux développementaux en sport n'apparaissent pas avoir d'incidence sur la nature des désirs. D'autre part, les désirs évoqués par les skieurs de bosses sont porteurs d'une valence positive, indiquant une recherche du bon et du plaisant. L'identification de certains désirs est indissociable de la fin-en-vue leur étant liée. Enfin, la majorité des désirs sont directement liés aux circonstances environnementales (ex. vouloir accéder à la prochaine équipe de ski de bosses, vouloir faire un backflip pour la première fois, vouloir résoudre une difficulté dans un saut, etc.). Ces constats nous amènent donc à la question suivante : les désirs à l'origine des activités privées prennent-ils naissance dans une situation indéterminée?

3.6.2. Des situations indéterminées à l'origine des activités privées

Les catégories de désirs présentées précédemment contiennent les circonstances environnementales (ex. apprendre un nouveau saut, résoudre un problème, etc.). La recherche d'activités privées prend donc possiblement naissance dans une situation indéterminée.

3.6.2.1. Méthode d'analyse : Identification de situations indéterminées à l'origine des activités privées

L'enjeu de notre hypothèse est d'investiguer si des situations indéterminées sont à l'origine du processus menant au choix de l'activité privée et non de dénombrer les situations indéterminées. Nous avons donc repéré, dans les 195 extraits correspondant à « avant l'activité privée » deux extraits de verbatim (ÉNA3H et ÉQ14H) possédant une valeur heuristique pour illustrer la présence de situations indéterminées. Ces deux cas constituent les extraits les plus riches en détails et permettent d'identifier avec certitude une rupture d'habitude, par l'emploi de mots porteurs de perturbations, de

troubles, de confusions, d'ambigüités, d'obscurités ou de conflits (ex. « J'étais pas capable »). Le choix de ces deux cas est également stratégique (Yin, 2014) puisqu'il permet de tester la théorie de Dewey.

Le premier exemple (ÉQ14H) provient de la catégorie « Désirs orientés vers les habiletés techniques des sauts ». Le deuxième exemple (ÉNA3H) provient de la catégorie « Désirs orientés vers les habiletés techniques de ski ».

3.6.2.2. Résultats : Deux exemples de situations indéterminées à l'origine d'une "Pratique spontanée – Trampoline maison" et d'une "Pratique délibérée – Cours de ski"

Le premier exemple porte sur la situation indéterminée éprouvée comme « une difficulté d'exécution d'un saut (cork) » ayant précédé la réalisation d'une "Pratique spontanée – Trampoline maison" par le skieur ÉQ14H. Le deuxième exemple correspond à la situation indéterminée d' « essayer de skier vite », situation ayant mené à la conduite d'une "Pratique délibérée – Cours de ski" par le skieur ÉNA3H.

3.6.2.2.1. À l'origine de la "Pratique spontanée – Trampoline maison» : Blocage dans l'exécution de son cork

Sur l'ÉR, le skieur ÉQ14H éprouve des difficultés dans l'exécution de son cork : « je bloquais dans les airs ». La situation indéterminée est perceptible dans le propos « j'avais de la misère (difficulté) », décrivant ainsi une situation obscure. En conséquence, il décide de mener une "Pratique spontanée – Trampoline maison" pour rendre la situation déterminée :

> Mes corks j'avais de la **misère** un petit peu. Pis après ça un moment donné sur la trampo j'ai essayé de quoi d'autre, ça a marché (229). cork que **je bloquais un petit peu** dans les airs (247). (ce qu'il a fait différemment) je l'ai, j'ai fait, j'ai pratiqué j'ai pratiqué, j'ai essayé d'autres affaires. J'ai refait des éducatifs. Un moment donné ça a juste décliqué (231). (il reprend des éducatifs qu'il avait déjà faits) je les avais déjà faits. Ils me disaient toujours avant que tu fasses un cork faut que tu fasses ça ça ça, maintenant faut que tu rentres dans le cork pis c'est c'est ça, c'est pas mal ça que je faisais (235).

L'extrait ci-haut montre la situation indéterminée, mais également comment celle-ci devient déterminée par la réalisation de l'activité privée. Plus encore, il autorégule son activité privée de deux façons : en « essayant » et en reproduisant des « éducatifs » provenant du milieu institutionnel et en mobilisant le discours technique des entraîneurs (section 2.5.4.1.1. et section 2.5.4.2.1. de la deuxième partie).

3.6.2.2.2. À l'origine de la "Pratique délibérée – Cours de ski" : Essayer de skier vite

Sur l'ÉR, le skieur ÉNA3H désire skier vite (« j'essayais de, de skier vite »). Le mot « essayer » indique une situation indéterminée et problématique. Essayer, c'est « se mettre à utiliser à tout hasard un moyen qui, quoique imparfaitement éprouvé, a des chances d'être approprié pour résoudre tel problème »[156] :

> J'sais pas j'essayais de, de skier vite pis être capable d'me, de bien me ralentir. Tsé des fois tsé skier vite c'est quelque chose mais, pour…le, l'important de skier c'est être capable de se ralentir. C'est la manière de se ralentir qui va faire que tu vas skier vite. Tu peux skier super vite mais si t'es pas capable de te ralentir, tu vas pas être capable de prendre le saut

---

[156] Essayer [s.d.] dans *Centre National de ressources textuelles et lexicales.* Récupéré le 17 mars 2017 de http://www.cnrtl.fr/definition/essayer

> en bas faque. Si t'es capable de bien te ralentir, tu peux aller encore plus vite. Faque mettons, j'essayais (...) Mon père m'avait expliqué, pis j'savais que si t'étais capable de bien te ralentir tu peux aller encore plus vite. Faque là j'travaillais à aller super vite pis être capable d'me ralentir (*mouvement des mains*). Mais sans, genre, avoir l'air d'un fou, genre. En étant en haut d'mes affaires. Pis aussi c'que mes coachs m'avaient dit après les entraînements (385).

Ainsi, pour que la situation indéterminée devienne déterminée, il mobilise le discours de son père et de ses entraîneurs lors de la "Pratique délibérée – Cours de ski". D'ailleurs, sa "Pratique délibérée – Cours de ski" est dirigée vers une fin-en-vue consistant à maîtriser une technique lui permettant de skier vite tout en ralentissant de la bonne manière. Lorsqu'il évoque cette technique, sous forme de raisonnement (transition de l'enquête), il emploie le mot « si » et il associe les conséquences au moyen technique : « *si t'es pas capable de te ralentir, tu vas pas être capable de prendre de sauts en bas faque. Si t'es capable de bien te ralentir tu peux aller encore plus vite (...) si t'étais capable de bien te ralentir tu peux aller encore plus vite* ».

La présence, dans ces deux exemples de situations indéterminées et de désirs possédant une fin-en-vue supporte notre hypothèse que les situations indéterminées provoquent la recherche (par enquête) d'activités privées. Néanmoins, l'expression du désir et la constatation d'une situation indéterminée sont insuffisantes pour expliquer la contribution du skieur au choix des activités privées. En effet, celle-ci repose sur l'articulation des désirs, de la situation indéterminée, de l'enquête, de la délibération, de la fin-en-vue et du jugement pratique et du jugement de valeur.

3.6.3. Le jugement pratique et le jugement de valeur rejettent une activité privée potentielle

Notre méthodologie d'entretien ne rend pas compte de la période de délibération et d'enquête ayant précédé la sélection des activités privées évoquées. Toutefois, le jugement pratique et le jugement de valeur sont perceptibles par l'instauration d'un critère portant le skieur à rejeter une activité privée. Le jugement pratique et le jugement de valeur ont été identifiés par la présence d'une dévalorisation dans l'extrait, qui s'exprime par des mots tels que « n'aime pas », « n'aide pas » et « mauvais », et par la dévalorisation des conséquences possibles de ce moyen (Dewey). Parmi tous les extraits de verbatim analysés, trois critères de rejet d'une activité privée sont identifiés. Ceux-ci sont présentés ci-dessous :

A) Rejet d'une activité privée comportant un risque de modification indésirable de l'exécution motrice

Trois skieurs (ÉNC8H, ÉQ12F, ÉQ17F) ne valorisent pas la "Pratique spontanée – Trampoline maison" par crainte de modifier négativement leurs habiletés techniques de sauts : « C*'est* ***pas une bonne habitude à avoir****. Tu sautes vraiment pas haut que tu* ***développes vraiment des mauvaises habitudes*** *là-dessus je pense (ÉNC8H, 119) ».*

Par crainte de modifier négativement leur technique de ski et de sauts, deux skieuses (ÉQ12F, ÉQ13F) ne réalisent pas d'activités privées, par elles-mêmes, de ski libre et de sauts sur la neige. Elles valorisent plutôt les activités privées menées sous la supervision de l'entraîneur (pratiques délibérées).

B) Rejet d'une activité privée par son incapacité de résoudre une difficulté technique

Un skieur (ÉNC8H) rejette le visionnement de vidéos des autres pour résoudre une difficulté éprouvée dans son exécution motrice : « *Tu le sais comment il faut que tu le fasses, t'es juste capable ou pas capable, mais je veux dire. Regarder mon vidéo, voir qu'est-ce que j'ai fait de pas correct, ok, mais* ***regarder les autres, ça aide pas*** *vraiment (555)* ».

Pour lui, regarder les autres ne lui fournit pas d'information sur la manière de corriger sa difficulté d'exécution motrice. Seul le visionnement de ses propres performances peut l'aider.

C) Rejet de l'activité privée renvoyant une perception de soi négative

Quatre skieurs (ÉNA1H, ÉNC9F, ÉQ11H, ÉQ15H) ne privilégient pas les activités privées de visionnements de vidéos de soi puisqu'elles leur renvoient une image négative de leur compétence :

> Mes vidéos, je les conserve pas, parce que jusqu'à mettons aujourd'hui, je n'étais **pas trop satisfait** de la manière que je skiais. J'aimais ça les regarder, analyser, mais mettre ca de côté, pas revenir la dessus (150). J'avais déjà vu des vidéos, **j'étais comme : bof**, cette run là, **je l'aime pas** tant que ça (ÉQ15H, 156).

Cinq skieurs (ÉNA2H, ÉNC8H, ÉQ15H, ÉQ16H, ÉQ17H) ne valorisent pas les activités privées d'imagerie mentale puisqu'ils n'arrivent pas à contrôler l'image. En conséquence, ceux-ci se voient échouer : « *Moi j'aime pas ça visualiser. Je me vois tout le temps* ***tomber****. C'est vraiment vraiment rare que je visualise (308) Un backfull (314)* ***Je veux pas me*** *voir sauter dans ma tête (ÉNC8H, 320)* ».

Ainsi, l'expérience antérieure de conséquences négatives ou l'anticipation de conséquences négatives porte le skieur à dévaloriser cette activité privée, entraînant le rejet de celle-ci.

3.6.4. Le jugement pratique et le jugement de valeur déterminent l'activité privée à conduire

Notre méthodologie d'entretien ne rend pas compte de la période de délibération et d'enquête ayant précédé la sélection des activités privées évoquées. Toutefois, le jugement pratique et le jugement de valeur sont perceptibles par l'instauration d'un critère portant le skieur vers le choix d'une activité privée. Le jugement pratique et le jugement de valeur ont été identifiés par la présence d'une préférence dans l'extrait, qui s'exprime par des mots tels que « préféré », « aime », par l'attribution de qualités au moyen (Aristote) et par la valorisation des conséquences possibles de ce moyen (Dewey). Nous avons sélectionné trois extraits provenant du même skieur (ÉNA2H) et illustrant chacun un critère de valorisation différent : le bon ressenti proprioceptif, le nombre de sauts pouvant être exécuté et la possibilité d'apprendre d'une bonne performance. Le choix de ces extraits repose sur trois arguments : 1) ce skieur est le seul, hormis ÉNC10F, qui compare deux artefacts ; 2) les extraits provenant de l'entretien d'ÉNA2H sont les plus riches en détails et permettent d'identifier avec certitude les éléments constitutifs de son jugement pratique et de son jugement de valeur ; 3) le choix de ces extraits est également stratégique (Yin, 2014) puisqu'il permet de tester la théorie de Dewey.

A) Choisir entre la rampe d'eau et sauter sur la neige : le ressenti proprioceptif comme valeur discriminatrice de l'artefact privilégié pour conduire l'activité privée

Devant la possibilité de choisir entre la rampe d'eau et sauter sur la neige, le skieur ÉNA2H opterait de sauter sur la neige puisque les sensations proprioceptives issues de la rampe d'eau ne ressemblent pas à celles ressenties sur un saut enneigé. Toutefois, il choisit la rampe d'eau bien que ce moyen ne soit pas celui qu'il valorise, puisque, comme c'est l'été, il ne peut pas aller sauter sur la neige :

> Je n'ai jamais vraiment aimé le feeling de la rampe d'eau. (...) **Moi je préférais faire du trampoline** que faire de la rampe d'eau parce que je trouvais que la rampe d'eau c'était aucunement pareil que sauter sur la neige. C'est bon pour apprendre un nouveau saut, apprendre la mécanique du saut, mais après ça, un coup que tu le maîtrises, aussi bien le travailler sur la neige. Parce que la rampe d'eau, moi je trouve, c'est différent (236).

Si la situation actuelle lui permettait de conduire l'une de ces deux activités privées, il valoriserait le saut sur la neige plutôt que la rampe d'eau.

B) Choisir entre la rampe d'eau et le trampoline : le nombre de sauts comme valeur discriminatrice de l'artefact privilégié pour conduire l'activité privée

ÉNA2H, ayant pour fin-en-vue de pratiquer ses sauts, se rend dans un centre où il peut sauter sur les rampes d'eau, mais également sur un trampoline. L'achalandage réduit le nombre de sauts sur la rampe d'eau. Devant ces options, ÉNA2H choisit le trampoline, cet artefact lui permettant d'exécuter un plus grand nombre de sauts comparativement à la rampe d'eau :

> Je me rappelle l'avoir, d'avoir pensé à ça quand j'étais sur l'EQ quand on sautait à Lake Placid. Je préférais faire le trampoline parce que j'étais capable de **faire 15 sauts en 2 minutes**. À ce moment-là au Lake Placid, c'était très très achalandé. Je me rappelle qu'en une journée on pouvait faire 4 sauts faque **je trouvais que ce n'était pas rentable** aucunement là. C'est pour ça que je préférais faire de la trampoline, (...) **le trampoline te permet de faire plus de sauts en moins de temps** (240).

Ainsi, la possibilité de pouvoir accomplir plus de sauts sur le trampoline correspond à un jugement pratique face à la situation (la rampe d'eau est achalandée, donc moins de sauts possibles). Ce choix est également attribuable au jugement de valeur puisqu'il valorise la possibilité de faire plusieurs sauts au moyen du trampoline et ainsi accomplir sa fin-en-vue (pratiquer des sauts).

C) Choisir entre visionner une performance réussie et une performance comportant des erreurs : le potentiel d'apprentissage comme valeur discriminatrice de l'artefact privilégié pour conduire l'activité privée

Sur l'ÉN, les entraîneurs fournissent aux skieurs des vidéos de leurs entraînements et de leurs compétitions. Cette banque vidéo comprend autant des performances réussies que des performances comportant des erreurs. Ainsi, au moment de choisir la vidéo à conserver et à regarder, ÉNA2H valorise les vidéos de performances réussies. En effet, il juge plus bénéfique le visionnement de ces performances puisqu'elles lui permettent un apprentissage :

> Moi j'essayais de prendre seulement ceux qui étaient bons, **ceux que je pouvais apprendre le plus** de ça possible. tsé quand tu rates un saut, ça sert à rien de le revisualiser, tu l'as raté pis tu sais que tu es capable de faire mieux. Faque tu prends ton meilleur, **tu regardes tout le temps ton meilleur de la journée pis tu regardes ce que tu peux améliorer là-dessus**. Pis après ça tu essaies vraiment de faire de mieux en mieux (316).

La valorisation du visionnement de ses performances réussies est dirigée vers une fin-en-vue d'amélioration de la performance. En effet, visionner une vidéo de soi exécutant une bonne performance renforce le sentiment d'auto-efficacité (Bandura, 1997) en montrant les habiletés maîtrisées et celles que l'on peut améliorer. D'ailleurs, la présence de fin-en-vue d'amélioration de la performance est régulièrement associée au visionnement de vidéos. Plus encore, les analyses des activités privées portant sur le visionnement de vidéos de soi et des autres mettent en évidence que ces activités privées sont des enquêtes au sens de Dewey. En effet, lorsque les skieurs éprouvent des difficultés en entraînement ou en compétition, ceux-ci choisissent les activités privées de visionnement de vidéos pour mener une enquête afin d'identifier les moyens (corrections de l'exécution technique) qu'ils doivent mettre en place lorsqu'ils retourneront sur les pistes. Bien qu'aucune hypothèse n'ait été formulée quant à la possibilité que les activités privées soient des enquêtes, cette constatation est importante dans la compréhension de l'apport des activités privées dans le développement de l'expertise et du talent. Pour l'illustrer, trois cas sont présentés, ceux-ci constituant des exemples typiques et détaillés de ces activités privées réflexives et étant révélateurs d'un phénomène n'ayant jamais été étudié (Yin, 2014).

3.6.5. Les activités privées réflexives prennent la forme d'enquête : trois études de cas de la "Pratique spontanée réflexive – Vidéos des autres"

Au cours de leur entretien, trois skieurs (ÉNA4H, ÉNC7H, ÉNC10F) évoquent la conduite d'activités privées "Pratique spontanée réflexive – Vidéos des autres". Ces pratiques ont pour origine une situation indéterminée : ils éprouvent des difficultés techniques (deux en sauts et une en ski) en entraînement ou en compétition. Bien qu'ils puissent solliciter divers moyens institutionnels pour résoudre ces difficultés, ceux-ci optent pour une "Pratique spontanée réflexive – Vidéos des autres". Le

visionnement de vidéos des autres offre un support au skieur pour conduire une enquête déterminant le moyen à mettre en place pour corriger leur difficulté technique (désir, situation indéterminée et fin-en-vue), c'est-à-dire pour rendre déterminée leur situation actuellement indéterminée. Trois études de cas sont présentées. Le premier cas illustre une résolution d'une difficulté technique de ski. Les deuxième et troisième cas illustrent chacun une résolution de difficultés techniques des sauts (backfull), qui sont vécues différemment par les deux skieurs.

3.6.5.1. L'incapacité de « rentrer dans la ligne » à l'atterrissage du saut à l'origine de la "Pratique spontanée réflexive – Vidéos des autres"

Le skieur ÉNA4H évoque une "Pratique spontanée réflexive – Vidéos des autres" lorsqu'il était sur l'ÉN. Cette pratique a pour origine une situation indéterminée (« misère » et « stressé »), c'est-à-dire une incapacité à atterrir son saut et de poursuivre sa descente en se dirigeant en ligne droite vers sa ligne de bosses (« rentrer dans la ligne »). Cette difficulté est rencontrée lors de son entraînement en Coupe du monde :

> En Finlande l'année passée. Tsé, j'avais de la **misère** (difficulté) à **rentrer dans la ligne** après le premier saut, puis ÉNA3H à chaque fois, il le faisait dans ma face. Fait que le soir avant la compétition, j'étais un peu **stressé** à cause, parce que je n'avais pas fait l'entraînement comme je voulais (558).

Cette difficulté n'étant pas résolue après une journée d'entraînement, ÉNA4H débute son enquête en problématisant la situation indéterminée : comment son exécution crée-t-elle la situation indéterminée ? Par la suite, il décide de visionner des vidéos d'un coéquipier qui réussit ce passage critique. ÉNA4H a donc pour fin-en-vue d'identifier, lors du visionnement, la correction à apporter le lendemain pour réussir

ce passage critique de la piste. L'extrait montre qu'il trouvera à la fois ce qu'il ne fait pas bien (« pas assez actif » ; « j'étais sloppy ») et ce que son coéquipier réalise correctement (« comment lui faisait ») (étape de l'enquête : proposition d'une solution au problème). Cette enquête a pour résultat un plan d'action pour le lendemain (« j'ai trouvé ce qu'il fallait que j'arrange » ; « mettre plus rapidement la pression, puis rentrer tes carres rapidement ») (jugement pratique) :

> Le soir j'avais pris la tablette, j'avais checké tous les vidéos de ÉNA3H, comment me rentrer dans la tête **comment lui faisait, pour que le lendemain je sois capable de le faire** (558). J'ai trouvé ce qui ne marchait pas de moi. Puis, j'ai trouvé ce qu'il fallait que j'arrange (560). Moi, j'étais **pas assez actif** avec mes jambes, j'étais trop **sloppy** (absence de tonus musculaire) un peu, tsé. Je laissais comme mes jambes ne **bougeaient pas assez vite**. Tandis qu'il fallait vraiment être plus, mettre plus **rapidement la pression**, puis **rentrer sur tes carres** rapidement (562).

Ainsi, le visionnement de vidéos lui a permis de dégager l'hypothèse explicative de la réussite de ce passage critique par son coéquipier et d'élaborer un plan d'action pour corriger son exécution technique le lendemain. De cette manière, il augmente ses chances d'obtenir une performance optimale en compétition.

D'autre part, au cours de son entretien, ce skieur évoque qu'à partir de l'ÉN il valorise la "Pratique spontanée réflexive – Vidéos des autres" pour résoudre les difficultés rencontrées dans la piste plutôt que de choisir la chance. Par ce nouveau choix, une habitude d'enquête se crée :

> Moins par le passé, **plus maintenant** (vidéo). Plus maintenant. Je pense que par le passé, je me fiais plus sur la chance. Je me disais : Moi, ça va bien aller. **Maintenant, j'essaie de trouver une solution** (566). Depuis deux, trois ans. Depuis que je suis en Coupe du monde. Quand j'ai plus de sérieux, plus de focus à ma personnalité, faut que j'arrive à **trouver**

> **des solutions à tous mes problèmes** pour être dans la meilleure descente possible (568).

Dès lors, le visionnement de vidéos des autres devient une habitude de résolution de problèmes pour ce skieur. Cette habitude constitue une formation de valorisation qui ne requiert pas de conscience (awarness) ou de cognition (tel que prendre une fourchette pour manger) (Anderson, 2014).

3.6.5.2. La mauvaise exécution technique du roulement de bras dans le backfull à l'origine de la "Pratique spontanée réflexive – Vidéos des autres"

À son arrivée sur l'ÉN, les entraîneurs enseignent à ÉNC10F une nouvelle technique pour exécuter un backfull. Cette technique est différente de la technique maîtrisée. Elle éprouve des difficultés à désapprendre l'ancienne technique pour exécuter la nouvelle et vit alors une situation indéterminée :

> À un moment donné, **ça marchait pas** cet été parce qu'ils me montraient une nouvelle technique de roulement de bras. J'avais déjà fait des back full l'année d'avant pis ça allait, j'faisais preset (les deux bras dans les airs avant l'envol sur le saut) en montant sur l'équipe nationale ils voulaient changer pour pas avoir un roulement de bras, faque là **j'étais rendue tout mêlée, ça marchait pus** (292).

Afin de résoudre cette situation indéterminée, elle décide de réaliser une "Pratique spontanée réflexive – Vidéos des autres". Elle a pour fin-en-vue d'observer un modèle d'exécution de cette technique de roulement de bras. Pour ce faire, elle visite le site Web You Tube – à défaut d'aller sur skidebosses.com puisqu'il est maintenant fermé – afin de trouver une vidéo avec une prise de vue de côté du saut :

> Faque là j'ai regardé des vidéos d'eux pis de d'autre monde, **ceux que je pouvais trouver sur You Tube® qui avaient de l'allure** (292). Tu tapes sur You Tube® pis tsé ça te sort pas tout le temps ce que tu veux, ça te sort tout le temps soit des runs au complet, pis regarder un backfull d'en bas ça m'aidait pas vraiment, j'voulais en voir un de côté. J'ai trouvé un vidéo d'une fille américaine, Snyderman (...) **elle avait un bon vidéo de backfull de côté, faque tsé même si son backfull y'était pas parfait mais y'était vraiment bon** (294).

Elle choisit cette vidéo parce qu'elle valorise (jugement de valeur) la prise de vue, la qualité de l'exécution technique du roulement de bras et la possibilité de comprendre la technique (jugement pratique) :

> Je voyais quand même son départ pis elle **faisait les bonnes motions au bon moment**, y'était pas aussi beau que les backflip d'ÉNA3H pis ÉNA1H mais, c'était quand même, c'est ce que j'ai trouvé de mieux pis **elle avait tout ce qu'il fallait pour que moi je comprenne** (294). Elle faisait la technique de l'équipe nationale (296). J'en ai checké pas mal. J'ai cherché quand même longtemps (316).

Au cours du visionnement, elle mène une délibération/proposition de solution au problème/raisonnement pour déterminer les éléments permettant la bonne exécution de la technique de roulement de bras. Ce faisant, elle formule une hypothèse lui permettant d'identifier son erreur d'exécution :

> Je regardais surtout son départ, parce que c'est surtout ça que moi je foirais (ratais), j'y allais **trop vite dedans**, je regardais son départ, là 1, 2, **j'baissais les 2 bras en même temps parce que c'était (backhalf)**, parce que tsé moi je partais preset, faque j'avais les bras en haut, faque 1, 2 faque j'faisais ça 1, 2 (wra toum) (326). Je regardais vraiment ok 1, 1, 2, genre j'l'ai comme décortiqué un peu (328). Je voulais **comprendre qu'est-ce qui marchait, qu'est-ce que moi je foirais**, tsé je le savais dans ma tête fallait juste que je le vois pis, ça m'a aidé (340).

Tout comme le skieur ÉNA4H, la skieuse ÉNC10F valorise et réinvestit la "Pratique spontanée réflexive – Vidéos des autres" pour résoudre les difficultés qu'elle vit dans sa pratique du ski de bosses, créant ainsi une habitude de choix et de mise en place d'une activité privée : « *Quand je sais pu quoi faire c'est tout le temps ça que je fais, quand ça marche pas, que je sais pus quoi faire, j'vais voir des vidéos (345)* ».

3.6.5.3. L'incapacité de ressentir la bonne sensation pour réussir un backfull à l'origine de la "Pratique spontanée réflexive – Vidéos des autres" et "Pratique spontanée réflexive – Parler"

Dans ses premières années sur l'équipe nationale (ÉN), le skieur ÉNC7H éprouve des difficultés à exécuter son backfull (« j'étais pas capable de voir, d'avoir mon image dans ma tête pis ma sensation ») et cette situation indéterminée l'incite à rechercher un moyen d'acquérir son image et sa sensation (« je sais pas comment le changer, pis je suis pas capable de trouver ») :

> L'an passé, **j'avais de la misère avec un saut** (274). Il y a quelque chose que je ne comprenais pas dans mon saut, c'était dans mon backfull justement. Pis j'étais capable de voir le début, mais je voyais pas le 2 pieds après le saut, **j'étais pas capable de voir, d'avoir mon image dans ma tête pis ma sensation, faque qu'est-ce que je cherchais**. J'étais vraiment pas capable, pis si tu regardais mon vidéo, pis c'est ça aussi, parce que si tu regarde mon vidéo juste à moi, ces images-là mettons du 2 pieds, elles ne sont pas bonnes, **c'est pas ça que je veux, mais c'est ça que je fais présentement** mais **je sais pas comment le changer, pis je suis pas capable de le trouver** (276).

Ne pouvant résoudre la situation indéterminée par lui-même, ÉNC7H choisit non seulement de parler ("Pratique spontanée réflexive – Parler") à l'un de ses coéquipiers (ÉNA3H), mais aussi de regarder une vidéo de ce même coéquipier ("Pratique spontanée réflexive – Vidéos des autres") :

> Je suis monté et on a jasé (parlé) ensemble par rapport à ça. J'étais comme « J'ai de la misère » pis la il m'a donné des conseils (290). Il m'avait dit : « **Pense à être fier. Pense à comme, il faudrait que tu te sortes le chest et que tu regardes le monde de haut** » (296). Quand tu quittes le saut (300).

Suivant cette "Pratique spontanée réflexive – Parler", ÉNC7H retombe dans ses habitudes d'exécution : « *Là j'essaye, ça marche un peu. Et rapidement, 2-3 jours après, ça retombe dans mes vieilles habitudes pis je fais encore mes sauts qui sont moyens (320)* ». Dès lors, il est à nouveau confronté à une situation indéterminée et sollicite à nouveau une activité privée. Cependant, il opte cette fois-ci pour la "Pratique spontanée réflexive – Vidéo des autres" afin d'identifier la sensation et le positionnement suivant le départ du saut (deux pieds après le saut) :

> J'avais demandé à mon coach, parce qu'on a un gars dans notre équipe qui est une, je sais pas comment dire, mais un prodige en saut (274). C'est ÉNA3H. Le gars est un prodige en saut, c'est fou il est juste trop bon (…) j'ai regardé son vidéo, pis j'ai regardé justement **son 2 pieds, pis la je m'imagine en train d'essayer d'être comme lui, d'avoir cette position là** (276).

> Lui est **super droit**. Comme ça quand il quitte, il fait juste donner un **petit coup de hanche** comme ça pis **il drop** (descend) **un bras**. Et comme mettons, souvent aussi par exemple les autres gars vont pas faire ça, mais lui il drop un bras, mais comme **en le rentrant comme ça, pis il va pousser de même sa main sur sa hanche pour rentrer**. Pis ça c'est une image que j'avais pas pis que je savais pas (278).

Ainsi, suivant le visionnement de la vidéo, ÉNC7H génère l'image du deux pieds après le saut et la sensation associée. En conséquence, la situation indéterminée devient déterminée : « *À partir de là, mes sauts sont devenus comme 100% meilleurs. Vraiment, vraiment meilleurs (320)* ».

La présentation de ces trois cas montre que le visionnement de vidéos des autres offre un support au skieur pour conduire une enquête déterminant le moyen à mettre en place pour corriger sa difficulté technique (désir, situation indéterminée et fin-en-vue), c'est-à-dire pour rendre déterminée la situation actuellement indéterminée. Ce résultat inattendu est critique puisque les connaissances s'acquièrent dans l'expérimentation, qui comprend l'enquête et la délibération (Saint-Germier et Truc, 2005) : l'enquête est une « démarche progressive, raisonnée et contrôlée par laquelle l'individu produit des connaissances nouvelles » (Thievenaz, Albero et Mayen, 2017, p. 89) dans une situation et par l'action. Selon Dewey, tant les adultes que les enfants apprennent en résolvant les problèmes et c'est la résolution des problèmes qui permet le développement de connaissances (Pepin, 2016; Westbrook, 1999). Ainsi, la création de savoirs par la résolution des situations indéterminées chez ces skieurs constitue une piste explicative de la contribution des activités privées dans le développement de l'expertise et du talent, et ce, d'autant plus qu'une recherche récente démontre que l'enquête constitue un mode d'apprentissage permettant le développement de compétences en milieu scolaire (Pepin, 2016).

3.7. Discussion

3.7.1. Apports et limites des modèles d'Aristote et de Dewey pour l'étude du processus menant au choix des activités privées menées par les skieurs de bosses

L'identification des désirs à l'origine des activités privées supporte la proposition que celles-ci sont des actions volontaires soutenues par un désir. Ces résultats soulignent la contribution du skieur dans le choix des activités privées qu'il mène. De plus, la valence positive des désirs évoqués par les skieurs de bosses indique une recherche du bon et du plaisant.

Certains désirs sont liés à l'environnement du skieur (ex. dépasser le niveau de performance d'un skieur, enjeux sociaux, observation d'un modèle d'exécution motrice, etc.) soutenant ainsi le lien de dépendance entre l'activité privée menée et la disponibilité des ressources sociales et artefactuelles (deuxième partie de la thèse).

Tous les skieurs ont eu à un moment ou à un autre le désir de réaliser des activités privées portant sur des habiletés techniques, et tout particulièrement des habiletés en sauts. Plus encore, des désirs techniques sont reconnus au moins une fois pour chaque catégorie d'activités privées (sauf la "Pratique délibérée réflexive"). Le partage de catégories de désirs par plusieurs d'entre eux renforce l'inscription des activités privées dans le sens commun (groupe culturel) et caractérise la culture sportive spécifique du ski de bosses au Québec et au Canada.

Les désirs liés à des enjeux sociaux sont à l'origine des jeux et de la pratique spontanée, corroborant ainsi la relation entre ces activités prototypiques et la direction des activités par d'autres enfants (coéquipiers et fratrie) (Côté et al., 2013, 2014). Ainsi, le processus menant à la conduite d'activités privées particulières et reconnues comme contributives au développement de l'expertise et du talent a pour origine des désirs non-liés à la performance en ski de bosses. Cette dernière constatation est donc directement en opposition avec l'affirmation d'Ericsson (Ericsson et al., 1993) quant aux bénéfices uniques des pratiques délibérées, pratiques ayant pour enjeu l'amélioration de la performance.

D'ailleurs, les désirs orientés vers l'amélioration de la performance ne sont pas restreints à la pratique délibérée ni à la pratique spontanée. En effet, les désirs orientés vers la performance globale correspondent à la pratique délibérée, à la pratique spontanée, au jeu délibéré, au jeu de règles et aux activités privées "Autres". De même, l'évocation de désirs orientés vers des fins-en-vue caractérise autant les

pratiques délibérées que les pratiques spontanées, les jeux d'exercice, les pratiques réflexives et les activités privées "Autres" contredisant que la pratique spontanée n'est pas systématiquement ou pédagogiquement planifiée (Côté et al., 2014). Or, les désirs liés à l'observation d'un modèle, à la résolution de problèmes, à la préparation de performance sont uniquement à l'origine des pratiques spontanées réflexives et la présence de fin-en-vue attribue une nature pragmatique et délibérée à la pratique spontanée. Par conséquent, la qualification de « spontanée » est erronée puisque la présence de fin-en-vue indique une planification des actions à conduire, lors de l'activité privée, pour réaliser cette fin. Dans ces cas-là, celles-ci deviennent systématiquement planifiées. De plus, certaines activités privées ("Pratique spontanée réflexive – Vidéos des autres") sont réellement délibérées puisqu'elles constituent des enquêtes au sens de Dewey et celles-ci deviennent des moyens habituels pour résoudre des difficultés d'exécution éprouvées sur la piste contredisant ainsi la présentation sporadique de la pratique spontanée (Côté et al., 2013).

Certaines pratiques délibérées ont pour origine des désirs de nature affective, contredisant ainsi l'intention d'amélioration de la performance prêtée à la pratique délibérée (Ericsson et al., 1993). Dès lors, l'axe permettant la distinction entre la pratique et le jeu (axe de valeur personnelle) démontre que la valeur personnelle d' » amélioration de la performance » n'est pas obligatoire pour que la pratique délibérée soit choisie. Certains skieurs désirant s'amuser choisissent de réaliser une pratique délibérée.

La présence de situations indéterminées et de désirs possédant une fin-en-vue explicite lors des entretiens supporte notre hypothèse que les situations indéterminées provoquent la recherche d'activités privées. La présence de bris d'habitudes et de situations indéterminées, dans deux exemples (section 3.6.2.), supporte la pertinence d'un lien entre la situation et l'instauration d'une fin-en-vue désirable, permettant

ainsi un rapprochement avec le concept de désir chez d'Aristote. Ces deux exemples comportent une valeur heuristique par la proposition d'une nouvelle avenue de recherche sur le choix et la mise en place d'activités privées contribuant au développement de l'expertise et du talent.

Le processus délibératif menant aux choix des activités privées menées n'a pu être étudié puisque les skieurs n'évoquent pas de délibération entre les divers moyens (activités privées). Cette hypothèse doit donc être étudiée dans de futures recherches. Néanmoins, nous avons réussi à dégager que l'expérience antérieure de conséquences négatives ou l'anticipation de conséquences négatives porte le skieur à dévaloriser des activités privées particulières, entraînant le rejet de celles-ci. À l'opposé, l'entretien d'un skieur (ÉNA2H) est porteur d'extraits correspondant au jugement pratique et au jugement de valeur supportant la sélection de moyens (actions) pour satisfaire les désirs et rendre la situation déterminée. En effet, la valorisation se produit quand l'individu attribue à l'objet des fins-en-vue pouvant être atteintes et, c'est par ce qu'il peut faire avec l'objet, qu'il le valorise (Dewey, 2008). Il demeure que la valorisation d'un moyen est provisoire puisque les situations (et le sens commun) changent, créant ainsi une nouvelle évaluation de la situation requérant possiblement un nouveau moyen et une nouvelle valorisation (Anderson, 2014). En effet, la délibération ne garantit pas la réalisation du désir parce qu'elle « est de l'ordre de l'opinion, c'est-à-dire d'un savoir approximatif (...) l'action la mieux délibérée comportera toujours le risque, même infinitésimal de l'échec » (Frere, 2003, p. 268). C'est possiblement la raison pour laquelle les skieurs de bosses varient leurs activités privées au cours de leur carrière sportive.

En somme, le cadre théorique de l'action volontaire d'Aristote a permis d'identifier les désirs à l'origine des activités privées, ces désirs émergeant ou non au sein d'une situation indéterminée. Le cadre théorique de l'enquête de Dewey enrichit celui

d'Aristote par l'établissement d'une relation entre le désir, c'est-à-dire la fin-en-vue pouvant être atteinte par la conduite d'une activité privée, et la situation de laquelle le désir émerge. L'utilisation de ces deux cadres théoriques pour conceptualiser le processus délibératif s'avère judicieux malgré notre impossibilité méthodologique de l'étudier. Enfin, le cadre théorique de Dewey offre une première conceptualisation du rôle des valeurs et de la valorisation, par le jugement de valeur, soutenant le choix de l'activité privée à mener.

3.7.1.1. Limites du modèle de Dewey

L'enrichissement de la conceptualisation d'Aristote par Dewey apparaît prometteur pour notre compréhension de ce qui relève du skieur dans le choix des activités privées. Toutefois, la pensée de Dewey rend compte uniquement des moyens choisis selon une fin-en-vue orientant le plan d'action à conduire lors d'une situation précise s'inscrivant dans un moment spatio-temporel. Dès lors, la théorie de l'enquête soustrait, en se limitant à une situation spatio-temporelle, les finalités et les valeurs intrinsèques qui nourrissent le jugement de valeur : « l'objection standard attribuée à la théorie instrumentale du jugement de valeur de Dewey concerne la valeur des choses comme des moyens seulement, et non en tant que fins. Elle échoue dans la détermination de ce qui est suprêmement important : les valeurs intrinsèques et les finalités » [Trad. libre][157] (Anderson, 2014).

En effet, le concept de fin-en-vue de Dewey ne rend pas compte de son inscription dans les objectifs à long terme de l'athlète et à ce qui est ultimement important en

---

[157] The standard objection to Dewey's instrumental theory of value judgments is that it concerns the value of things as means only, and not as ends. It fails to fix on what is ultimately important: intrinsic values or final ends.

sport de compétition, c'est-à-dire gagner. Cette limite est problématique puisque le milieu sportif est porteur de finalités par les performances des athlètes de haut niveau, des records établis dans le sport et des programmes d'entraînement (curriculum d'acquisition d'habiletés). L'encadrement des équipes de ski de bosses et les programmes de l'Association canadienne de ski acrobatique (ACSA) indiquent aux skieurs les habiletés qu'ils doivent acquérir pour atteindre le prochain niveau de performance et, en conséquence, ils ne se sentent pas troublés, confus, etc. Ainsi, les skieurs n'évoquent pas toujours le fait de vivre une situation problématique et/ou indéterminée. De ce fait, les situations indéterminées et l'enquête/délibération apparaissent davantage orientées vers les moyens (activités privées) que vers la nature des fins-en-vue à atteindre. Dans certains cas, la fin-en-vue pour l'activité privée s'inscrit dans une finalité de performance experte, par exemple, réaliser un backflip pour gagner des compétitions ou améliorer ses habiletés afin d'accéder à l'équipe de niveau supérieur.

Les fins-en-vue orientant le choix des activités privées des skieurs comprennent, dans certains cas, ces finalités de performance future (ex. désirs liés à la performance globale) et la présence de modèle de performance idéale (section 2.5.4.2.3. de la deuxième partie de la thèse) indique la possession par ces skieurs d'une finalité de performance qu'ils souhaitent atteindre.

Bien que Dewey n'intègre pas ces finalités intrinsèques dans son cadre théorique de l'enquête, il reconnaît leur existence : il y a « une distinction entre finalités intrinsèques (valeurs en soi) et finalités instrumentales (valeurs relatives), celles qui valent la peine pour elles-mêmes et celles qui n'ont d'importance que comme moyens pour atteindre des biens intrinsèques » (Dewey, 2014, p. 226). La présence de désirs propres à un skieur particulier suppose qu'un lien existe entre les valeurs en soi propre à un individu, sa valorisation de divers moyens et la finalité intrinsèque qu'il

souhaite atteindre. Pour vérifier si cela est bien le cas, il nous faut employer, dans la section B, une méthode d'analyse d'étude de cas permettant d'investiguer si la nature des valeurs en soi d'un skieur donné influence sa valorisation d'activités privées particulières et la finalité intrinsèque qu'il souhaite atteindre (le modèle de performance idéale du skieur).

3.7.1.2. Ouverture vers l'étude individuée des activités privées menées par les skieurs de bosses

L'étude de la contribution du skieur dans le choix des activités privées au moyen du cadre théorique de Dewey montre que les valeurs relatives (jugement de valeur) peuvent déterminer les fins-en-vue à atteindre, et incidemment, orienter la délibération et le jugement pratique et le jugement de valeur menant au choix de l'activité privée (finalité instrumentale).

Toutefois, en limitant notre étude aux cadres théoriques de l'action volontaire chez Aristote et de l'enquête chez Dewey, il est impossible de rendre compte de la relation intrinsèque entre le skieur et les activités privées qu'il a menées, c'est-à-dire les valeurs en soi et la finalité intrinsèque. En effet, la réalisation d'une variété d'activités privées répondant à un même désir chez plusieurs skieurs[158] indique que le choix de l'activité privée menée est probablement lié à qui ils sont comme pratiquants du ski de bosses. De même, certains désirs sont évoqués par un skieur seulement[159], renforçant à nouveau que les activités privées sont probablement propres au skieur

---

[158] Par exemple, ÉNA2H et ÉQ11H ont pour désir de s'amuser : ce désir est à l'origine du "Jeu délibéré – Trampoline maison" d'ÉNA2H et de la "Pratique délibérée réflexive – Artefact" d'ÉQ11H.

[159] Par exemple, ÉNA3H est le seul skieur ayant évoque le désir de « skier vite », qui est à l'origine de sa "Pratique délibérée – Cours de ski".

qui les choisies. Encore plus, la première partie de la thèse ainsi que la deuxième partie montrent que certains skieurs privilégient certaines catégories d'activités privées (ex. ÉNA1H a surtout conduit des pratiques délibérées motrices plutôt que réflexives) et certains étayeurs (ex. ÉNA1H reçoit plutôt de l'étayage des entraîneurs). À nouveau, ces résultats indiquent que des valeurs en soi orientent possiblement aussi les activités privées choisies par un skieur particulier.

Afin d'étudier la relation existant entre le skieur et les activités privées qu'il a menées, nous sollicitons le concept de « *sensibilité à* », qui « signale l'existence d'une diversité d'orientations identitaires au sein d'un même domaine » (Récopé, 2015, p. 145). Ce concept est également épistémologiquement et théoriquement compatible avec les cadres théoriques de Dewey et d'Aristote. Il permet d'examiner la contribution de la valorisation dans le choix des activités privées menées par un skieur donné.

SECTION B : ÉTUDE INDIVIDUÉE DE LA CONTRIBUTION DU SKIEUR AU CHOIX DES ACTIVITÉS PRIVÉES

3.8. Cadre théorique et questions de recherche

Cette section étudie ce qui oriente les activités privées menées par un skieur particulier. En effet, les skieurs présentent des parcours différents dans l'acquisition de leur expertise, tant par la nature de leurs activités privées que par les personnes qui les étayent. Le choix et la mise en place de leurs activités privées reposent non seulement sur la présence de certaines conditions socioéconomiques et géographiques favorables ou défavorables, mais aussi sur la disponibilité des artefacts et de l'entourage social. En considérant les conditions environnementales et sociales dans lesquelles il est inscrit, le skieur valorise (jugement de valeur) l'activité privée lui

permettant d'atteindre une fin-en-vue (ex. exécuter plusieurs sauts). Chez Dewey (2014), ces valeurs permettent l'atteinte de finalités instrumentales puisque la valorisation est relative à la situation. Ainsi, l'activité privée est chargée de valeur instrumentale en devenant un moyen d'action et en étant réinvestie lorsque le skieur rencontre une situation similaire (ex. deux skieurs réinvestissent le visionnement de vidéos des autres devant une incapacité d'entrer directement dans la ligne de bosses lors de deux compétitions différentes) ou poursuit le même désir. Les skieurs de bosses préfèrent donc certaines catégories d'activités privées, certains artefacts et certains étayeurs qui sous-tendent la construction d'un modèle de performance idéale (Partie 2). La présence de préférences d'activités, d'artefacts et d'étayeurs chez les skieurs n'est pas surprenante car elles renforcent qu'ils sont des êtres vivants considérant comme valeur toute chose qui peut les faire croître (ex. devenir de meilleur skieur), devenant ainsi des préférences : « la vie est position de valeurs, et c'est ce qui la distingue sur le fond de tous les autres phénomènes naturels qui suivent des règles sans avoir à revendiquer des préférences » (Macherey, 2001). Ainsi, l'actualisation des valeurs du skieur – par le jugement de valeur et la valorisation d'habiletés d'exécution motrice chez des skieurs modèles (Partie 2) – influence le choix, la mise en place et le déroulement de ses activités privées. Dès lors, ses valeurs le différencient des autres skieurs puisque « tout vivant s'individualise par les valeurs qu'il actualise » (Le Blanc, 1998, p. 55). Ces valeurs chez Dewey (2014), correspondent à des valeurs en soi liées à une finalité intrinsèque (valeurs en soi), c'est-à-dire celles qui valent la peine pour elles-mêmes. C'est donc à partir de ces constats et de cette dernière proposition que cette sous-partie pose donc les trois questions suivantes :

1) Qu'est-ce qui fonde les valeurs en soi (ou valeurs intrinsèques) et les finalités intrinsèques (les finalités (« *finale ends* »)) soutenant le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées d'un skieur donné ?

2) Comment ces valeurs orientent le choix, la mise en place et le déroulement de ses activités privées ?
3) Comment ces finalités intrinsèques orientent la construction de son modèle de performance idéale ?

Nous répondrons à ces questions en deux temps. Une première section répondra tout d'abord à la première et à la deuxième question (section 3.10) et une seconde section étudiera la première et la troisième question (section 3.11).

3.8.1. La *sensibilité à* oriente le choix des activités privées d'un skieur donné

Afin de déterminer ce qui fonde les valeurs intrinsèques soutenant et orientant le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées d'un skieur donné nous construisons notre regard théorique et notre méthode d'analyse à partir du concept de *sensibilité à* (Récopé et al., 2014). Ce concept est construit au sein d'une approche phénoménologique de l'activité associant la théorisation énactive contemporaine et la philosophie de la vie, des normes et des valeurs de Canguilhem et de ses continuateurs. Elle pose que tout vivant interagit avec son environnement selon sa perspective identitaire propre : il est un centre de perspective et d'activité assurant une régulation normative de ses interactions avec l'environnement (Di Paolo, Rohde et De Jaegher, 2010). Cette transaction entre l'individu et son environnement est orientée par sa sensibilité à (Récopé et al., 2014), c'est-à-dire la norme d'activité prévalente qu'il a incorporée, en tant que valeur en acte directrice correspondant à ce qui lui importe et ce pour quoi il s'emporte.

Cinq raisons expliquent notre choix. Premièrement, la sensibilité à surgit de l'histoire personnelle du skieur au sein d'un contexte socioculturel normatif (Récopé et al., 2014). Le contexte est socioculturel par son inscription dans une culture sportive

spécifique (Darbon, 2002) (le ski de bosses, voir page 21) et par les interactions entre les individus qui en sont membres (la deuxième partie de la thèse). Il est également normatif par la présence de valeurs et de normes (sens commun). En effet, Dewey (1938) inclut la présence de la culture et des normes dans son concept de sens commun : les groupes culturels possèdent chacun un ensemble de significations issu de leurs coutumes, de leurs occupations, de leurs traditions et de leurs interprétations de l'environnement physique et de la vie collective. Ces significations sont régulatrices et « normatives » de croyances et de jugements spécifiques. Ainsi, les valeurs et les normes provenant de la culture sportive spécifique et du sens commun constituent le cadre de référence originel dans lequel s'inscrit l'activité des skieurs de bosses. Les skieurs experts et prometteurs de cette étude sont donc censés être les meilleurs représentants en acte de la culture sportive spécifique du ski de bosses (au Québec et au Canada)[160]. Cependant, comme « tout vivant s'individualise par les valeurs qu'il actualise » (Le Blanc, 1998, p. 55), on doit s'attendre à ce que la sensibilité à de chaque skieur résulte d'une incorporation et d'une individuation singulière de cette culture.

Deuxièmement, la sensibilité à réfère à l'« objet de valeur » existentiellement vital pour l'individu, c'est-à-dire l'objet qui lui importe le plus et qui présente un caractère critique pour lui (Récopé, 2015) *in situ,* pour lequel il s'emporte (Récopé et al., 2014). Pour Canguilhem, « l'importance, c'est au fond une notion subjective en ce

---

[160] Exemple de différenciation des cultures sportives spécifiques provenant de l'entretien du skieur ÉQ16H : « *Pour le ski aussi, parce que moi j'aime leur style, les Finlandais. Comment ils skient, mais c'est trop difficile à appliquer. À cause qu'eux ils ont un style de leur pays. Pis nous on a notre style. C'est comme, ben les Canadiens, on skie tous presque pareils. Les Finlandais ils skient pareils. Les Japonais ils skient pareils (227). La différence elle se situe où, ça veut dire, mais dans le fond c'est quand eux ils descendent. Ils sont toujours beaux beaux beaux. Ils absorbent beaucoup (229). Dans le fond, ils sont comme, dans le fond pas assis un peu plus haut. Même si dans le fond, parce que nous on ski avec le chest (torse) fier pis il faut absorber. Mais eux, ils skient bas, ils sont comme assis pis c'est bizarre. C'est difficile à, à dire. À décrire (231)* ».

sens qu'elle inclut une référence à la vie de l'être vivant, considéré comme apte à qualifier cette même vie selon ce qui la favorise ou l'entrave » (2007, p. 83).

Cet objet de valeur a une origine et une inscription collectives, culturelles et sociales (Falaix et Récopé, sous presse) et il relève d'une incorporation individuée. Ainsi, il rend compte de l'incorporation personnelle de la culture sportive spécifique du ski de bosses et de l'influence des systèmes écologiques dans lesquels s'inscrit l'histoire de chaque skieur de bosses. Cet objet de valeur possède des qualités valorisées par l'individu (Falaix et Récopé, sous presse), ceci en fonction du principe général selon lequel « sous quelque forme implicite ou explicite que ce soit, des normes réfèrent le réel à des valeurs, expriment des discriminations de qualités conformément à l'opposition polaire d'un positif et d'un négatif » (Canguilhem, 2007, p. 178). L'approche énactive et l'approche prolongeant la thèse de Canguilhem sont unanimes : le monde n'est pas indépendant du sujet, et n'est pas d'abord et avant tout froidement ou neutrement cognitif, c'est un monde de valeurs (Schwartz, 2011). Ce qu'affirme également l'énaction : « La perspective d'un organisme affirmant son identité susceptible d'être menacée établit une nouvelle vision du monde : il s'agit en permanence d'un monde de valeurs. Posséder un monde signifie d'abord et avant tout avoir affaire à des valeurs produites au sein du processus par lequel l'organisme affirme son identité » (Weber et Varela, 2002, p. 118).

En effet, la section précédente indique une valorisation des activités privées qui permettent au skieur de changer une situation indéterminée en une situation déterminée, favorisant ainsi la continuité de son existence (Dewey, 1938) comme skieur de bosses aspirant à l'expertise. De même, l'objet de valeur est « micro-identitaire puisqu'il réfère toujours à une de nos multiples micro-identités à l'œuvre » (Falaix et Récopé, sous presse). Ces micro-identités sont « les manières propres de s'orienter et d'interagir dans chacun des domaines d'activité

socioculturelle rencontrés dans la vie quotidienne » (Falaix et Récopé, sous presse), renforçant ainsi la pertinence de porter un regard individué sur le choix des activités privées. Ainsi, l'étude de l' « objet de valeur » permettra de dégager ce que des skieurs experts ou prometteurs particuliers valorisent dans leurs activités privées, valorisation qui peut sous-tendre la construction de leur modèle de performance idéale.

Troisièmement, ce concept rend compte de l'instance qui oriente au niveau le plus global la conduite du pratiquant en situation[161] au sein d'un domaine particulier de pratique socioculturelle. La sensibilité à désigne en effet la norme d'activité prévalente (Récopé et al., 2014) du sujet, celle qui s'impose régulièrement, habituellement sur les autres normes incorporées au sein du domaine de pratique socioculturelle considéré (ici, le ski de bosses) (Falaix et Récopé, sous presse). En effet, si, comme le propose Canguilhem, par les normes, la vie est position de valeurs, il est dans la nature des normes elles-mêmes d'être inscrites dans un processus de valorisation relative. Bien que l'activité ne soit jamais l'expression d'une seule norme, et bien qu'il y ait en son sein présence de débat de normes, l'une d'entre elles l'emporte régulièrement sur les autres (Récopé et al., 2014). Cette proposition est acceptée par Schwartz (Schwartz, 2011), qui reprend l'idée[162] d'un « rapport global en valeur » (p. 160) : pour lui, se référer à une « norme prévalente de l'agir » constitue une voie d'interprétation des combinaisons de débats de normes « qui ne peuvent être tranchés que par l'arbitrage d'une verticalité axiologique » (Schwartz, 2011, p.161).

---

[161] Ex. les joueurs de volleyball ayant intériorisé la norme d'intervention sur le ballon démontrent une *sensibilité à la proximité du ballon* qui se manifeste par l'adoption d'une posture particulière (formes gestuelles, positionnement sur le terrain) lorsque le ballon est près d'eux (Récopé, Rix-Lièvre, Kellin et Boyer, 2014).

[162] « Idée très stimulante selon laquelle la « sensibilité à » [...] exprime la norme prévalente de l'agir [...], cette norme prévalente dans le rapport au jeu » (Schwartz, 2011, p. 164).

Cette proposition repose à la fois sur une distinction et sur une relation entre "valeur» et "norme", qui fait de la norme une valeur particulière (Falaix et Récopé, sous presse). Alors que la valeur est appréciative, la norme est une valeur s'exprimant en acte. Elle est « l'expression en acte d'une préférence quant à un état de choses (du monde) satisfaisant et, réciproquement, d'une détestation quant à un état inverse de choses (du monde) » qui renvoie à un objet de valeur ayant son inverse, c'est-à-dire son antivaleur (Canguilhem, 2007). Normer, normaliser, c'est imposer une exigence à une existence (Canguilhem, 2007., p. 177). Pour cette raison, la norme prévalente de l'activité détermine la téléologie intrinsèque, c'est elle qui « fixe un cadre à l'agir » (Durrive, 2010, p. 28) car elle a un caractère impératif, elle détermine ce qui doit être fait conformément aux attentes qu'elle génère (Canguilhem, 2007). Ainsi, la voie de l'identification de la *norme prévalente* nous permettra d'établir non seulement comment celle-ci oriente le choix de l'activité privée du skieur et son déroulement, mais aussi la construction de son modèle de performance idéale. En effet, étudier les normes d'un individu, c'est comprendre sa réalité propre, c'est-à-dire ce qui est « normal » selon lui (Canguilhem, 2007).

Quatrièmement, la sensibilité à est le sens structurant[163] de l'activité puisqu'elle est une orientation d'ensemble organisant l'activité, le comportement d'ensemble et la situation d'ensemble à partir d'une norme prévalente (Récopé et al., 2014). Cette caractéristique repose sur le concept énactif de « couplage structural » : le vivant et son monde se co-construisent au cours d'une histoire individuée d'interactions ; cette co-constitution signifie qu'il n'y a pas au préalable une existence séparée d'un organisme et d'un monde. Les événements informationnels sont littéralement *in-formati*, c'est-à-dire formés au sein de ce couplage (Varela, 1989). Récopé (Récopé et al., 2014) étudie le sens structurant par l'observation de la régularité de l'activité des

[163] Le terme « structurant » est ici inspiré de la définition de Lalande : « orientation d'ensemble dominant une mentalité et l'organisant autour d'une idée de valeur directrice » (1991, p. 1032).

joueurs au cours de matchs de volleyball et par l'analyse de leurs verbalisations au cours d'entretiens d'autoconfrontation. Le sens structurant sera étudié à partir de l'ensemble des évocations d'activités privées du skieur afin de dégager si la sensibilité à oriente de la même manière l'ensemble des activités privées menées par un skieur. Ainsi, il sera possible d'observer si la nature de l'activité privée et l'étayage l'accompagnant sont articulés de manière à respecter le « *sens structurant* » de leur activité, c'est-à-dire la sensibilité à du skieur.

Finalement, la sensibilité à contraint (ouvre et clôture) l'action et la signification au sein du domaine de pratique socioculturelle considéré, c'est-à-dire le domaine des interactions de/pour l'acteur (Récopé et al., 2014). La notion d'ouverture signale que l'acteur (skieur) est en relation d'échanges avec l'environnement extérieur ; celle de clôture signale que ces échanges sont délimités par le cadre de la sensibilité à : « Seule une petite partie des dynamiques environnementales prend le statut de perturbation au sein du domaine de pertinence propre à tel organisme. Toutes les autres interactions envisageables échappent à ses possibilités d'expérience » (Weber et Varela, 2002, p. 118). L'étude de cette *contrainte* permet ainsi d'illustrer l'aspect privé des activités menées par les skieurs de bosses : ces activités ont lieu dans un espace de vie où les individus sont autonomes (Cabanes et Georges, 2009) et maîtres de l'interdire à autrui (Beignier, 1997).

3.9. Méthodologie d'entretien et d'analyse

L'entretien de décryptage, présenté à la section 3.5., a également été mené pour faciliter la remémoration du déroulement des activités privées et des émotions liées à celles-ci et pour étudier ce qui oriente possiblement la tenue de chacune des activités privées tout au long du parcours sportif. En effet, la sensibilité à détermine l'éprouvé,

ce qui relève de l'affect et de l'émotion, c'est pourquoi les informations satellites (contexte, message structurant, etc.) aux émotions ont été investiguées au cours des entretiens.

3.9.1. Validité de l'entretien qualitatif et rétrospectif pour accéder aux valeurs, aux normes et aux *sensibilités à* des skieurs de bosses

La formulation des questions de la grille d'entretien (section 1.4.2. de la première partie de la thèse) visant la remémoration du déroulement des activités privées et des émotions liées à celles-ci a favorisé l'émergence des valeurs et des normes du skieur, permettant ainsi l'identification de la sensibilité à de chaque skieur. La validité de l'accès, en entretien, aux valeurs et aux normes des skieurs, repose sur le concept de « tendance active directrice » (Bartlett, 1932).

La perception des individus est influencée par une orientation préalable ou tendance directrice qui détermine ce qui est perçu. Cette tendance active directrice est particulière aux individus (par le tempérament, le caractère et certains centres d'intérêt personnel) et/ou elle relève de l'ordre conventionnel ou social. Ainsi, dans des expérimentations pionnières sur la remémoration, Bartlett (1932) observe que certains facteurs provoquent une saillance particulière pour le souvenir ; ils relèvent des tendances actives (intérêts et idéaux), et ce, indépendamment des instructions et de la tâche à exécuter lors d'une situation expérimentale.

La présence de cette tendance active directrice détermine et gouverne « l'émergence de la signification attribuée à chaque situation, ou à l'une de ses quelconque parties » (Bartlett, 1932, p. 307). Par exemple, lorsque l'humain perçoit un objet, une situation, etc., ses intérêts gouvernent sa relation avec le stimulus (Bartlett, 1932) :

> Un peintre paysagiste, un naturaliste et un géologue se promènent ensemble dans la campagne. Le premier s'intéresse à la beauté du paysage, le second à des aspects de la flore et de la faune, le troisième à ce qui concerne les caractéristiques du terrain et des roches. Les stimuli effectifs, parmi l'ensemble de ceux qui sont potentiellement disponibles sont manifestement spécifiques pour chacun des trois observateurs, de même que le souvenir qu'ils sont susceptibles d'évoquer (p. 4).

Ce que l'on perçoit est donc inévitablement lié à nos intérêts et tout stimulus est porteur de significations propres à un individu en particulier (Bartlett, 1932). En effet, selon la conception énactive et la perspective pragmatique, l'information et l'attribution de qualité sont relationnelles (Di Paolo, 2014; MacKenzie, 2016).

Lorsque les skieurs sont amenés à se remémorer leurs vécus lors des activités privées, cette évocation repose sur des souvenirs d'indices ayant été perçus en relation aux intérêts préexistants de l'individu, et donc préalables au moment même où s'effectue la perception (Bartlett, 1932). Dès lors, la perception et la mémoire sont teintées par une orientation personnelle : « le mécanisme de la remémoration chez l'adulte suppose une organisation de schémas reposant sur l'interaction d'appétits, d'instincts, d'intérêts et d'idéaux particuliers ; cette interaction donne lieu à un ordre de prédominance qui demeure relativement persistant chez n'importe quel sujet » (Bartlett, 1932, p. 309).

Enfin, la configuration de l'entretien permet au skieur d'expliciter et de décrypter ses activités privées, mais également d'évoquer sa pratique du ski de bosses (ex. sont expérience en milieu institutionnel, en compétition, des moments plus difficiles, etc.). Ainsi, lorsque le skieur « raconte » sa vie, il configure le rappel de celle-ci, c'est-à-dire que la narration s'inscrit dans la construction de l'identité personnelle (Ricœur, 1990). Cette identité personnelle est « obtenue par un passage d'entre vie et récit qui permet la configuration de la première dans la deuxième » (Ricœur, 1990, p. 147).

Ainsi, cette narration révèle le « qui » de l'individu qu'il raconte et représente ainsi une cohérence de qui est l'individu (Ricœur, 1990). Ainsi, par ce récit des activités privées, mais également de ce qui les entoure (ex. comment ils agissent en entraînement institutionnel, etc.), il est possible d'accéder aux sensibilités à des skieurs de bosses.

3.9.2. Méthodologie d'analyse : la présence régulière de valeurs et de normes dans le discours des skieurs de bosses indique la *sensibilité à*

La sensibilité à s'exprime dans les gestes sportifs et les verbalisations (Récopé, 2006). Ainsi, les questions inspirées de l'entretien d'explicitation et de l'entretien de décryptage ont permis l'évocation d'informations porteuses des valeurs et des normes du skieur et de sa sensibilité à. De plus, la nature semi-structurée des entretiens a offert aux skieurs la liberté d'évoquer des souvenirs non reliés aux activités privées. Par exemple, certains skieurs ont évoqué leur expérience en entraînement institutionnel, leur relation avec les entraîneurs et leurs objectifs dans le sport (ex. classement en compétition, accéder à un circuit de compétition, etc.). Les entretiens contiennent donc des informations autres que celles relatives aux activités privées et, par conséquent, celles-ci enrichissent notre compréhension de leur micro-identité de skieur, c'est-à-dire leur identité propre de skieur de bosses au sein de la culture sportive spécifique du ski de bosses au Québec/Canada.

Les entretiens offrent donc un accès privilégié aux skieurs – à qui ils sont comme pratiquants du ski de bosses – nous donnant ainsi accès à leur allure de vie, c'est-à-dire leurs manières de vivre concrètes orientées par des normes (Canguilhem, 2003). En effet, les normes propres sous-tendent des comportements privilégiés dont on peut détecter la **régularité** par référence de l'individu à lui-même dans des situations voisines (Canguilhem, 2003). De plus, le repérage de régularité dans les

comportements et dans les significations évoqués en entretien, indique non seulement le fonctionnement et les interactions (Varela, 1989) du skieur, mais aussi l'accès à la constitution de son monde propre (Berthoz et Petit, 2006). Ces régularités indicatives de la sensibilité à du skieur ne sont pas consciemment et volontairement évoquées par le skieur, c'est au chercheur de les repérer dans les entretiens. En effet, « nous ne sommes pas toujours conscients des valeurs qui guident nos actions » (Di Paolo, 2014, p. 11). Pour ce faire, cinq étapes d'analyse inductives[164] ont été nécessaires. Tout d'abord, nous avons observé, pour chaque skieur, s'il valorise à répétition :

- une ou plusieurs catégories d'activités privées (ex. pratique délibérée) ;
- des activités privées motrices ou réflexives ;
- les entraîneurs, les parents, la fratrie ou les coéquipiers ;
- certaines catégories d'étayage.

Le repérage de ces régularités permet de déterminer si ces caractéristiques sont discriminatives du skieur qui les évoque et/ou si celles-ci décrivent plutôt les normes de la culture sportive spécifique du ski de bosses (ex. ils ont presque tous mené des "Pratiques délibérées – Rampe d'eau" puisque cette catégorie de pratique permet la qualification de sauts inversés sur l'ÉR).

Ensuite, nous avons identifié les objets de valeurs. Pour ce faire, nous avons repéré l'évocation de mots possédant une valence appréciative, positive ou négative du champ lexical des émotions et de l'esthétisme (ex. « laids », « beaux », « propre », « parfait », « j'aime », etc.). Ces mots démontrent une valorisation et une attribution

---

[164] Chez Dewey, « la fonction de l'induction consiste à réduire la situation à son schéma intelligible en la dépouillant de tous ses éléments parasites. On comprend alors le rôle des inférences qui consistent à fournir de nouveaux matériaux et à tisser un lien entre les matériaux existants » (Fabre, 2006, p. 19). C'est donc de cette manière que nous pouvons établir une modélisation des sensibilités à des skieurs de bosses.

de valeur à ce que les skieurs perçoivent et/ou vivent (ex. ressentis corporels). En effet, l'atteinte des valeurs peut se traduire dans la relation fusionnelle entre cognition et émotion éprouvées au cours de l'activité : « Ces deux aspects sont toujours entrelacés (…) Il n'y a pas de cognition sans émotion et l'émotion a toujours un élément cognitif » (Di Paolo, 2014, p. 12). Suivant le repérage des mots du champ lexical des émotions et de l'esthétisme, nous avons non seulement identifié à quelles habiletés critiques ils sont associés (ex. la qualité du saut, le virage en ski, la posture, etc.), mais également à quels étayeurs et à quels désirs ils le sont. En effet, la valeur est toujours en rapport intime avec le désir (Ribot, 1926).

Par la suite, nous avons ciblé les discours porteurs de leurs normes personnelles, c'est-à-dire ce qui est « normal » pour eux de faire, et ce, selon leur équipe de ski de bosses d'appartenance. Ces normes sont identifiables dans les discours évoquant des situations indéterminées porteuses de souffrance (ex. « *ça été dur. J'en ai parlé avec mes coachs (...) de voir les résultats ça m'avait rentré dedans (400). Une fin de semaine, j'étais tannée (agacée), j'étais pas capable de le skier. J'ai dit à Coach ÉQ1 « ça me fâche, je suis pu capable, aide-moi ». Faque toute la journée (...) on a juste skié le finish. Faire des petits sauts droits, ou passer à côté du saut, juste faire ça pour que ça me rentre dans la tête. Pis là à la compétition je l'avais skié (ÉQ17F, 402)* »).

Le vivant, et donc le skieur, est amené à manifester son identité de vivant porteur de préférences lorsqu'il est en souffrance (Macherey, 1998). Il pose ses valeurs dans son discours (ex. « tannée de pas skier le finish », la skieuse entreprend une stratégie lui permettant de corriger la situation) et dans ses comportements parce qu'elles sont contrariées par des événements qui en perturbent le cours et qu'il ressent comme intolérables (Macherey, 1998). De cette manière, l'anormal est senti dans la conscience, sous forme d'obstacle à l'exercice des fonctions, comme étant une gêne

ou quelque chose de nocif (Canguilhem, 2007). Par conséquent, vivre le contraire de sa norme et/ou être loin de sa norme, et donc sentir la situation comme anormale, entraîne un état affectif (Macherey, 1998), telle une répulsion, que l'individu cherchera à modifier. Ces normes prévalentes transparaissent donc dans leurs discours à propos de leur entraînement institutionnel et leur manière[165] d'être skieur de bosses.

Le sens structurant est repérable par la régularité des comportements privilégiés, c'est-à-dire les réactions préférées (Canguilhem, 2007) et les discours les plus couramment utilisés par l'individu (Fache, Récopé et Biache, 2010; Récopé, Fache et Fiard, 2011). Voici un exemple de discours privilégié (voir les numéros indiquant les tours de paroles) porteur d'un sentiment d'auto-efficacité élevé (Laurin-Landry, Merri et Récopé, 2013) :

> J'ai comme un tableau là, ça va tout l'temps en montant (...) J'ai jamais eu un moment où ça allait pas bien (62). Il y a pas aucun saut qui est trop compliqué encore, pour c'que je sais faire (66). J'ai pas connu grand monde, je sais pas c'qu'ils ont, c'qu'ils sont capables de faire ça (131) J'ai juste dit tsé reste dedans pis ça (...) vriller (...) j'ai même pas besoin d'y penser que, j'peux l'faire (151). Je l'avais la victoire (183) Le monde ils l'ont mais tu sais que tes affaires c'est vraiment sur la coche (surpasses de beaucoup le niveau de performance des autres) (189). En finale j'ai probablement eu une des meilleures entrées en atterrissant le saut (191) Je sais que j'peux, j'peux courser contre lui pis j'ai déjà réussi à le battre (203) Quand c'était moi j'faisais tout l'temps les plus gros trucs (459) J'capable d'le faire les deux mains dans les poches (643) Depuis moi, j'ai pas vu quelqu'un à 14 ans qui a fait ça encore là (ÉNA3H, 713).

---

[165] Les évocations touchant à l'entraînement institutionnel et leur manière d'être skieur n'ont pas été abordées jusqu'ici dans la thèse. Ces informations proviennent des questions d'entretien favorisant l'évocation et la liaison entre la mise en place des activités privées et le contexte institutionnel duquel ils sont membres au moment de leur évocation. Leur manière d'être skieur transparaît à la fois dans les activités privées qu'ils choisissent et valorisent, mais également dans l'étayage dont ils ont bénéficié.

Nous avons reconstitué le sens structurant des skieurs de bosses en identifiant l'orientation d'ensemble organisant l'activité (la sensibilité à), le comportement d'ensemble (l'habileté critique en jeu et la régulation du déroulement de l'activité privée) et la situation d'ensemble (quels artefacts et quels étayeurs). En effet, « l'être humain crée constamment des formes en assemblant les diverses portions de son expérience de soi, des autres et du monde. Cet assemblage se manifeste principalement à travers la représentation du monde qu'entretient le sujet, et qui a comme caractéristique principale d'être structurée (...), récurrente (...) et co-définie » (Paillé et Mucchielli, 2006, p. 24)[166]. L'identification des ces informations nous permet de connaître « le sens premier de l'activité, celui qui préside à toutes ses formes, et qui leur donne leur raison d'être. Faute de quoi elle n'existerait pas. Aucun des gestes spécifiques n'existerait parce qu'ils n'auraient aucune raison d'exister. Renvoie au pourquoi plutôt qu'au comment, au contenu plutôt qu'aux apparences, à la fonction plutôt qu'à la forme » (Conquet et Devaluez, 1986, p. 92-93).

Enfin, nous avons modélisé la sensibilité à de chaque skieur afin de rendre compte du domaine d'interactions de chaque skieur qu'elle oriente. La rigueur de nos analyses repose sur une séance de discussion entre la doctorante et un « ami critique » (Smith et McGannon, 2017). Lors de cette discussion, l'ami critique (Récopé) défie la doctorante en requérant de celle-ci qu'elle expose sa réflexion, ses analyses, ses interprétations et ses arguments ayant mené à l'identification des sensibilités à.

---

[166] Paillé et Mucchielli (2006, p. 24) offrent des exemples pour chacune des caractéristiques. La caractéristique structurée correspondrait à « par exemple, une certaine émotion dure en lui et a une forme particulière ». La caractéristique récurrente, par exemple, repose sur l'individu qui « ressent à peu près la même émotion à plusieurs reprises ». La caractéristique co-définie est, par exemple, « une émotion collectivement définie, par exemple, en tant que colère ».

3.10. Résultats : études de cas de quatre sensibilités à

Les sensibilités à de presque tous les skieurs ont pu être repérées, mais le niveau de détail auquel a abouti notre analyse n'est pas également développé. Dès lors, nous avons choisi de présenter seulement les sensibilités à de quatre skieurs parce qu'elles orientent de manière précise et détaillée les différentes activités privées mises en place par ceux-ci. Les trois arguments de Yin (2014) valident le choix des cas présentés : 1) le cas est stratégique puisqu'il permet de tester une théorie, ici la sensibilité à ; 2) le cas est unique, c'est-à-dire qu'il représente un skieur donné ; 3) le cas est révélateur d'une situation n'ayant jamais été étudiée, sous l'angle du développement de l'expertise et selon la perspective de la sensibilité à. Pour ces raisons, nous estimons ces analyses comme étant valides De plus, deux de ces quatre sensibilités à caractérisent deux des meilleurs skieurs.

Bref, quatre sensibilités à évoquées par quatre skieurs différents sont présentées : la *sensibilité à l'avènement de signaux proprioceptifs indicateurs de réussite* d'ÉNA1H, la *sensibilité à l'excellence* d'ÉNA3H, la *sensibilité aux signaux proprioceptifs indicateurs de réussite référés à l'esthétisme parfait et appréciable par les juges* d'ÉNB6H et la *sensibilité à se sentir confiante* d'ÉNC9F.

3.10.1. La sensibilité à l'avènement de signaux proprioceptifs indicateurs de réussite (ÉNA1H)

ÉNA1H[167] privilégie les activités privées motrices et plus particulièrement celles orientées vers les sauts. Le déroulement de ses activités privées est régulé par son ressenti proprioceptif[168] (section 2.5.4.2.4. de la deuxième partie de thèse), qui correspond aux sensations corporelles éprouvées en cours d'activité. Le ressenti proprioceptif est crucial pour lui : « *C'est vraiment un feeling que t'associes à moi (194) Je suis quelqu'un qui fonctionne comme ça, pis j'ai toujours été de même (...) Faut que je me sente confortable (245)* ».

La sensibilité d'ÉNA1H se traduit dans son « modèle de fonctionnement » pour une habileté spécifique réussie, c'est-à-dire une sensation proprioceptive qui oriente l'exécution d'une habileté à laquelle il attribue un mot-clé (Annexe K). Ce modèle de fonctionnement correspond à un moment spatio-temporel délimité dans la descente de ski ou dans l'exécution d'un saut. Sa sensibilité à ayant pour objet *l'avènement de signaux proprioceptifs indicateurs de réussite* structure le déroulement de l'exécution (sens structurant) et elle est porteuse des éléments critiques à la réussite (objet de valeur et normes en gras ; antivaleur ou anormalité en italique) :

> C'est comme un modèle que t'appliques, mais dans c'te modèle là y'a plein de p'tits mouvements. Tsé dans un désaxé 1080°, même dans un double full, un désaxé 1080°, **j'ai mon feeling pour sortir du saut**. Juste la sortie de saut, t'as beaucoup d'éléments à travailler avant d'arriver à

---

[167] À l'Annexe J se trouve une analyse globale de qui est le skieur ÉNA1H et comment sa *sensibilité à l'avènement de signaux proprioceptifs* oriente tout ce qu'il fait.

[168] La proprioception correspond à la « perception qu'a l'homme de son propre corps, par les sensations kinesthésiques et posturales en relation avec la situation du corps par rapport à l'intensité de l'attraction terrestre ». Proprioception [s.d.] dans *Centre National de ressources textuelles et lexicales.* Récupéré le 31 mars 2017 de http://www.cnrtl.fr/definition/proprioception.

> une **bonne** sortie de saut de double full. Une bonne sortie de saut double full tsé faut tu penses (...) à ta **vitesse**, faut tu penses à ton **extension en sortie de saut**, faut tu donnes **ton flip**, faut tu donnes **ta vrille**. Pis **une fois que c'est parti faut que t'accélères ta vrille pis en même temps faut t'accélères ta vrille selon ta trajectoire, selon ton flip**. *Si t'as trop, si t'as une p'tite affaire trop de flip tu rajoutes trop de vrille ben tu vas donner du flip en même temps, en donnant, en donnant d'la vrille... Faque tu risques d'atterrir over, comme on dit.* Pis en même temps tu vois rien dans un double full faque **faut tu saches exactement. Selon ma vitesse, selon ma trajectoire pis l'angle que j'suis ressortie faut t'analyses ton atterrissage** (161).

L'exemple ci-haut illustre son modèle d'une sensation englobant l'exécution d'un désaxé 1080°. Ce modèle comprend les différents aspects (objets de valeur et normes) qui doivent être pris en compte lors de l'exécution, comme l'extension, la vitesse, le flip, la vrille, la trajectoire, l'angle de sortie, les ajustements à faire en cours d'exécution et l'atterrissage.

Ainsi, ÉNA1H a toujours pour objet de valeur *l'avènement de signaux proprioceptifs indicateurs de réussite*. En effet, il développe ses sensations lors d'activités privées de trampoline et de rampe d'eau afin de transférer sur la neige la modification de cette sensation associée aux sauts :

> J'essaie de développer des feelings qui vont m'être utiles pour la neige (...) travailler les points que j'sens qui vont m'aider sur la neige. Ben au début tu développes le saut, faque tu sais pas exactement c'que, comment tu vas te sentir sur la neige. (...) j'en ai plusieurs en arrière de la cravate sur la neige. Faque je sais exactement le feeling que j'ai besoin pour la neige (163).

Lorsqu'il s'agit d'une nouvelle habileté à acquérir, il débute en apprenant tout d'abord les étapes techniques pour ensuite créer son modèle de sensation pour cette habileté :

> Quand j'fais l'apprentissage du saut ou quand j'fais l'apprentissage de quelque chose, j'essaie de tout apprendre les décortications pis après ça j'ai des feelings pis après ça j'rajoute à mes feelings. C'est plus de cette manière-là que je travaille (161).

Les sensations qui constituent les critères de satisfaction *in situ* de sa *sensibilité à l'avènement de signaux proprioceptifs indicateurs de réussite* sont spécifiques aux habiletés techniques de ski ou des sauts, et, selon les endroits sur la piste et les moments spatio-temporels (ex. en sauts : l'extension, la vitesse, le flip, la vrille, la trajectoire, l'angle de sortie, les ajustements à faire en cours d'exécution, l'atterrissage et la présence de ses différents mots-clés, Annexe K). Sa sensibilité à repose sur son histoire personnelle d'exécutions réussies et ratées et de leur association aux discours des entraîneurs (Figure 3.4).

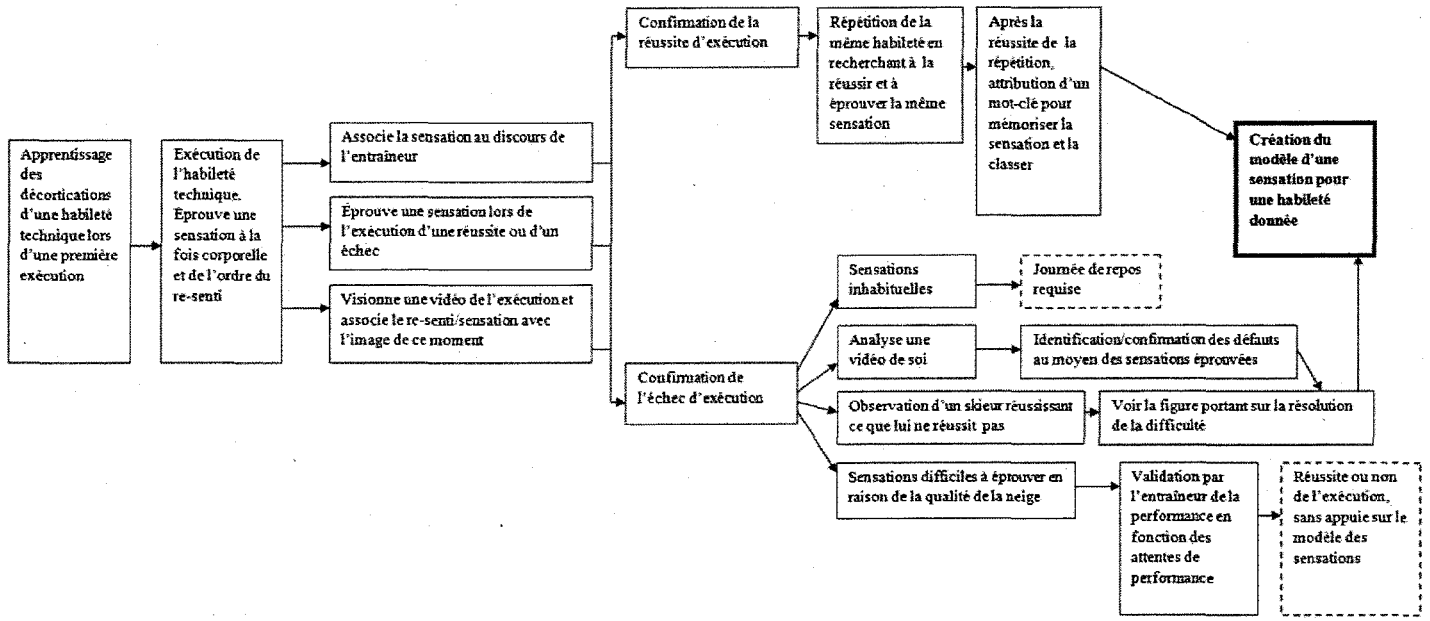


Figure 3.4. La sensibilité à l'avènement de signaux proprioceptifs indicateurs de réussite oriente la pratique et les activités privées du skieur de bosses ÉNA1H

Cette sensibilité à oriente le déroulement de ses activités privées et influence la continuité de l'existence du skieur (voir les actions conduites suivant la réussite ou l'échec de l'exécution dans la Figure 3.4). Lorsque la satisfaction de la *sensibilité à l'avènement de signaux proprioceptifs indicateurs de réussite* est absente, ÉNA1H choisit de réaliser des activités privées non motrices (visionnement de vidéos de soi et des autres), et ce, bien qu'il favorise les activités privées motrices. Ces activités privées réflexives de visionnement de vidéos sont favorisées lorsqu'ÉNA1H rencontre des situations indéterminées reposant sur l'échec de l'exécution d'une habileté et l'impossibilité d'apporter les correctifs directement sur la piste. Dans ces situations, ÉNA1H conduit une enquête en visionnant des vidéos de soi et des autres afin d'identifier les correctifs (moyens) permettant la réussite de l'habileté (fin-en-vue) (Figure 3.5).

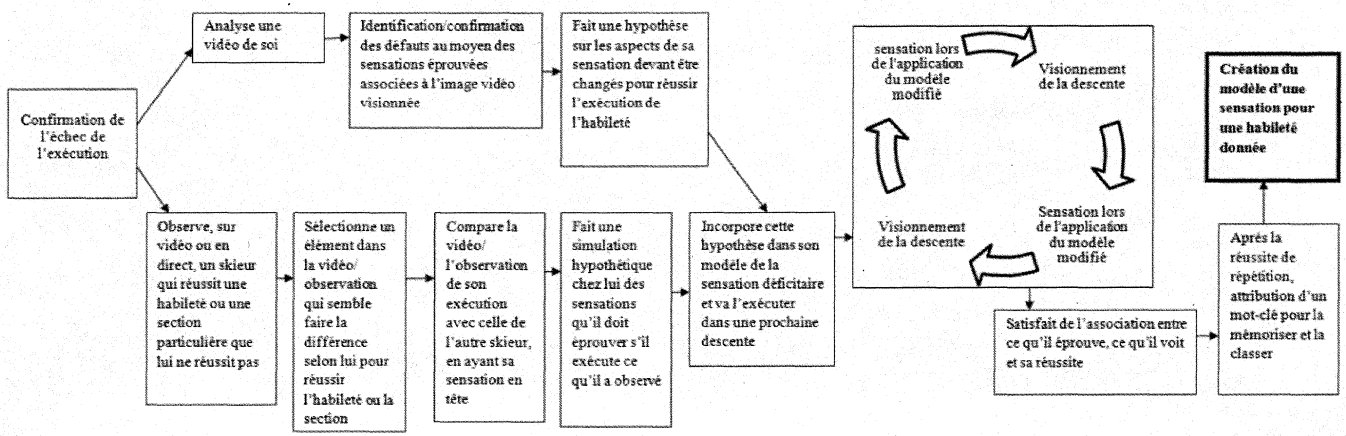


Figure 3.5. La *sensibilité à l'avènement de signaux proprioceptifs indicateurs de réussite* oriente l'activité privée d'enquête par le visionnement de vidéos pour réussir l'exécution d'une habileté

Malgré une préférence pour les activités privées motrices, la situation indéterminée requiert d'ÉNA1H qu'il arrête de skier, puisqu'enquêter demande un arrêt de la continuité de l'activité (Dewey, 2008). Ainsi, par le visionnement de vidéos, il transite par les différentes étapes de l'enquête, le menant ainsi à porter un jugement lui permettant de dégager le plan d'actions à conduire pour atteindre la fin-en-vue (atteindre *l'avènement de signaux proprioceptifs indicateurs de réussite*). Il répète son plan d'action jusqu'à ce qu'il réussisse l'habileté motrice lui permettant de ressentir cet avènement.

En somme, le skieur ÉNA1H présente une sensibilité à ayant pour objet *l'avènement de signaux proprioceptifs indicateurs de réussite* qui détermine son mode de perception, sa manière de s'orienter et d'interagir avec les autres objets, événements ou personnes (Varela, Thomson et Rosch, 1993), le menant à choisir des activités privées alimentant sa sensibilité et lui permettant de développer son expertise et son talent.

3.10.2. La sensibilité à l'excellence (ÉNA3H)

Aujourd'hui, ÉNA3H est parmi les meilleurs skieurs de bosses au monde. Ce skieur a conduit le plus grand nombre d'activités privées et le plus grand nombre de catégories d'activités privées. Il est également celui ayant évoqué le plus grand nombre d'activités privées étayées par son entourage social (tous les étayeurs).

La richesse de son entretien nous permet de dégager une *sensibilité à l'excellence* le poussant à être le meilleur (être excellent) et à se référer aux meilleurs. Cette sensibilité à s'exprime par le biais d'une norme d'activité valorisant *un esthétisme*

parfait et appréciable des juges, qui vise la maîtrise parfaite de l'exécution technique et la possession d'un style de ski et de sauts appréciable selon le point de vue des juges. Cette sensibilité à oriente la nature qualitative de ses catégories d'activités privées (Partie 1) et des catégories d'étayages dont il bénéficie (Partie 2). De même, certains étayeurs nourrissent et renforcent sa sensibilité à parce qu'ils la perçoivent (caractéristiques de l'élève, section 2.2.1.1. de la deuxième partie). Sa sensibilité à et sa norme d'esthétisme sont présentées séparément, bien qu'elles soient quasiment indissociables.

La *sensibilité à l'excellence* d'ÉNA3H est perceptible dans l'ensemble de son entretien. Tout d'abord, il se décrit comme quelqu'un de compétitif (« *Je suis un skieur qui est vraiment quand même compétitif (...) Mon esprit de compétiteur est vraiment fort (44)* ») qui est en mesure de réaliser une descente de ski lui permettant de gagner lors des moments critiques (« *Quand c'est en course, j'capable de sortir mes meilleures descentes au moment où que ça compte (44)* »). Ensuite, au cours de l'entretien, il évoque – de mémoire – à plusieurs reprises divers records existant dans le ski de bosses mais également dans le livre des records, illustrant ainsi l'objet de valeur, c'est-à-dire la valorisation de l'excellence :

> Pierre-Alexandre Rousseau c'était sa première victoire du monde. Jeremy Bloom a fini 2e pis Tapio Luusua 3e (parle d'une Coupe du monde X) (253). Vini qui a fini 6e (...) y'avait Janne là, y'était champion, y'a gagné les Jeux olympiques (259). Les Américains a fait un sweep là (ils ont remporté toutes les médailles). Toby Dawson 1e, Jeremy Bloom 2e pis Luc Weston 3(261). Dans l'histoire c'est la descente qui a eu le plus haut score. Y'a scoré 28 (points) (Janne) (553). J'ai fait dos, 6 vrilles dos ou back, quadruple full, quasiment quintuple full, pis le record du monde c'est 6 ou 7 (vrilles) (en trampoline) (133).

Enfin, cette *sensibilité à l'excellence* se manifeste dans l'évocation de ses propres succès en compétition, illustrant ainsi qu'il est excellent :

> En Chine, j'étais en première qualification (...) pis j'ai gagné par plus d'un point devant Guilbaut cette course-là (183). C'est moi qui le (son idole) kickait out du podium (...) j'ai trouvé ça fou là, (...) j'viens d'le battre (205). Il reste deux gars à descendre, pis j'suis sur le podium. Non, je n'étais pas encore sûr du podium (...) J'suis sûr d'un top 4. C'est la première Coupe du monde de l'année (209) (lorsqu'il était jeune). Ils m'ont demandé si tu veux rentrer dans l'équipe nationale –développement en sauts (309). Guilbaut après, un moment donné, une entrevue après le Championnat du monde. Pis y'a dit que j'étais le meilleur sauteur au monde (313) j'ai fini 4e un moment donné pis là tout l'monde me disait « Hey ÉNA3H », ils savaient que j'aimais skidebosses, y'étaient là « Tu vas être sur skidebosses là, ton nom va être sur skidebosses » (585) mon coach m'avait dit, tsé dans 4 ans, quasiment jour pour jour là, c'est comme, ça va être toi qui va être ici là (lors des descentes d'ouverture des JO) (613) Ouais j'étais 6e peut-être (le score de sa descente comme ouvreur de piste au JO) (617) y'avait mes 2 traces de ski (sur la piste des JO) (623) j'avais gagné le Championnat canadien junior (711).

Outre la valorisation de l'excellence et l'évocation de sa propre excellence dans le discours, la *sensibilité à l'excellence* oriente les activités privées de ce skieur de quatre façons. Premièrement, ÉNA3H réalise quatre activités privées qui simulent la dimension universelle de la culture sportive du ski de bosses, c'est-à-dire le déroulement ou les conditions d'une compétition selon les règles du sport, lui permettant ainsi d'être excellent dans des circonstances similaires aux compétitions (Tableau 3.5) :

Tableau 3.5. Simulation de la dimension universelle de la culture sportive spécifique du ski de bosses

Activités privées	Expression de la *sensibilité à* l'excellence	Extraits de verbatim
Activités privées – Mixtes	Reproduction de Coupes du monde sur le trampoline	*« Nous autres on jouait à, on faisait les Coupes du monde là, genre des courses, (..) c'est des compé. On s'assoyait, on sortait des chaises, pis là on était 4 faque y'avait 3 juges pis une personne faisait comme une descente de bosses, mais sur la trampo. Pis les autres ils jugeaient, marquaient sur des papiers, pis après ça on se disait la compilation des résultats (343) ».*
Pratique spontanée réflexive – Artefact	Reproduction de compétitions au moyen d'un Playmobile®	*« Des bonhommes de ski (...) Je leur mettais des skis (...) faisaient des twists, des backs (439) Un ski, deux skis, un backflip cross (441) j'lui fais faire un move (443). je faisais des bosses (445) il fait un back mettons, skie, twist (447) ».*
Pratique spontanée réflexive – Imagerie mentale	Imagerie mentale simulant une descente de compétition dans une piste connue et/ou vue sur vidéo	*« J'me vois vraiment tous les moments, comme une vraie course (22). Je vois comme je vois quand je skie, exactement (26) une descente de course j'vais l'imaginer vraiment à vitesse que ça va rouler (28). tous les moments qui vont se passer. Même en bas quand...pis l'attente du score (34) Je pouvais imaginer le, le starter. Je savais qu'à toutes les années c'était le même (...) je sais ça va être qui le commentateur (219) je skiais les vieilles pistes (579) la piste du Mont 2 j'la skiais souvent en compé quand j'étais jeune, Mont 3, la piste 1 (581) ».*
Pratique délibérée – Conditionnement physique	Simulation d'une descente sur une piste de bosses créée au moyen d'artefacts	*« Ça fait comme 2 bosses (ballons Bosu®) (68). Pis j'prends des pôles (70) ».*

Dans le même ordre d'idées, cette *sensibilité à l'excellence*, qui s'exprime par la simulation de conditions représentant la dimension universelle de la culture sportive du ski de bosses, se produit même lors de ses entraînements avec l'ÉN :

> Tout l'monde a un peu leur propre chose à travailler. Tsé mettons, moi j'ai à, mettons, ma bosse gauche est moins bonne, mon tournant à gauche pis, (...) C'que j'aime c'est mettons, j'aime ça monter plus vite à mes DD (sauts avec un coefficient de difficulté plus élevé) que moins faire des, des répétitions ou backtuck, de backlay (saut de base)...moi j'aime ça

> faire mes affaires, c'est faite. Tsé à mettons les gars hike (grimpe), j'aime mieux faire mes affaires, tsé rouler, monter, rouler, monter (réaliser des descentes complètes de haut en bas, comme en compétition) (...) c'est comme avec les coachs qu'on arrange ça (54).

Deuxièmement, sa *sensibilité à l'excellence* est renforcée par la présence d'étayages (« émulation » et « appréciation affective et technique ») valorisant le dépassement de sa propre performance et/ou le dépassement de la performance d'une tierce personne (son père[169] lors des "Pratiques délibérées – Conditionnement physique" ; son frère[170] lors des "Jeux délibérés – Trampoline maison" et "Jeux délibérés - Ski libre" ; ses coéquipiers[171] lors des "Jeux délibérés – Trampoline maison", etc.), et ce, tel qu'il le ferait en compétition.

Troisièmement, sa *sensibilité à l'excellence* oriente le choix des artefacts vidéo à regarder. En effet, il observe les habiletés caractérisant les meilleurs skieurs, sauteurs et trampolinistes (ex. mouvement des bras d'une trampoliniste qui exécute plusieurs vrilles aisément) ("Pratique spontanée réflexive – Observation des autres" et "Pratique spontanée réflexive – Vidéos des autres").

Enfin, il agit selon sa *sensibilité à l'excellence* lorsqu'il conduit des jeux symboliques[172] représentant des meneurs de la Coupe du monde et lorsqu'il imite des

---

[169] « Il me donnait une note, genre 4 points quelques (391). Une note de juge (392) là c'est ta run de finale, faut tu fasses ça (393) ».

[170] « Quand on a commencé à faire de la trampo, y'a appris à faire des backs avant moi faque là moi j'avais tout l'temps mon grand frère qui était plus fort pis j'voulais tout l'temps essayer d'le battre (169) ».

[171] « S'entraîner avec du monde qui sont plus forts que moi, ça m'aide à pousser beaucoup (115) ».

[172] « J'essayais de faire pareil pareil comme eux (...) Même en course, de nos vraies courses, on arrivait en bas pis on faisait les mêmes signes que, tsé Janne quand y'arrivait en bas il faisait ça, Toby Dawson quand y'arrive en bas il faisait ça pis on faisait genre « ok, après ta descente toi tu fais quel claim en bas? ». Y'était « moi j'fais comme Janne, toi tu fais comme, ok moi j'vais faire comme Toby

habiletés observées, c'est-à-dire celles de trois anciens meneurs[173] du circuit de la Coupe du monde de ski de bosses.

3.10.2.1.Une norme d'activité valorisant l'esthétisme parfait et appréciable des juges

L'analyse de l'entretien d'ÉNA3H révèle également que cette *sensibilité à l'excellence* s'exprime par un vecteur privilégié : une norme d'*esthétisme parfait et appréciable des juges*. Cette norme spécifie le sens structurant qui préside le choix de ses activités privées et les étayages dont il bénéficie (Laurin-Landry, Michaud, Merri, Récopé et Laurin-Landry, 2013) (Figure 3.6 prise intégralement de l'affiche). De manière détaillée, *l'esthétisme parfait et appréciable des juges* oriente six activités privées ("Pratique délibérée et spontanée réflexive – Vidéos des autres"; "Pratique spontanée réflexive – Imagerie mentale", "Pratique spontanée réflexive – Artefact", "Jeu symbolique – Artefact", "Pratique spontanée et délibérée – Ski libre", "Pratique spontanée –Trampoline maison", "Pratique délibérée et spontanée réflexive – Vidéos de soi"), et ce, de deux manières : 1) par la production d'un style de ski appréciable affectivement et technique du point de vue des juges (écriture en noir sur la figure) ; 2) par la maîtrise parfaite[174] de l'exécution technique du ski et du saut (écriture en

---

Dawson, moi j'vais faire comme Mikko ». Tsé c'était comme, on était vraiment fous dans notre tête (277) ».

[173] « Y'a eu Janne, y'a eu Bloom pis y'a eu Begg-Smith (423) J'en ai aimé, mais j'étais tout l'temps accroché sur le meilleur. Tsé le meilleur c'est le meilleur faque. Comme, vaut mieux apprendre du meilleur (693) »; « Fallait j'fasse comme Dale là. Tsé c'est le meilleur skieur au monde, faut tu skies comme lui, faque j'ai essayé de skier comme lui. Tsé c'était pas, c'était pas identique, mais j'pense c'était bon pour moi que j'essayais de tsé copier le meilleur au monde là (433) ».

[174]Atteindre la perfection et/ou de faire les choses apparaît primordial dans le discours d'ÉNA3H : « J'essayais d'le faire bien (133). Ça parait juste mieux (179). Si j'le fais aussi bien (311). Copier le meilleur au monde (433). Si c'était moi, je l'aurais fait bien, parfait (461). Tu peux le faire parfait (...) des départs parfaits (...) le faire parfait (471) Tu pars au bon moment (473) Finir au bon moment (...) voir, bon moment (477) y'est moins bon que l'autre (655) C'était parfait (665) Le meilleur montage (709) J'faisais bien pis c'que j'faisais mal. Pis essayer de trouver un moyen, c'que j'faisais mal, de

bleu sur la figure). Ces activités privées orientées par *l'esthétisme parfait et appréciable des juges* ont donc pour conséquences : a) la création de connaissances sur l'esthétisme au moyen d'observations de skieurs de la Coupe du monde ; b) la création de connaissances sur l'esthétisme par l'imagerie de lui-même réalisant des actions esthétiques ; c) l'incorporation et la production des connaissances esthétiques en ski libre et sur le trampoline ; d) la validation de l'incorporation des connaissances esthétiques par le visionnement de vidéos de ses performances.

L*'esthétisme parfait et appréciable des juge*s oriente également les catégories d'étayage parental : la prise de vidéos par les parents, l'étayage qualitatif et quantitatif d'appréciation affective et technique, l'étayage inversé[175] et l'étayage de prescriptions procurés par les parents.

Cet *esthétisme parfait et appréciable des juges* crée un système instrumental (Bourmaud, 2007) d'activités privées caractérisé par des interactions spécifiques entre les activités (sens des flèches), par une globalité (figure au complet), par une évolution de l'organisation du système (les carrés – représentant les activités et les étayages – entourés de pointillés disparaissent vers l'âge de 16 ans) et par des interactions complexes entre les activités privées et les étayages reçus (les interactions sont différentes avec le père et la mère) (Figure 3.6). Ce système instrumental représente le sens structurant.

---

bien le faire (727). Bonne vitesse (...) Bonne rotation (...) pour les juges, juste la, la fin, qu'elle soit juste impressionnante pour eux, que tu leur montres que c'est parfait. Tu leur fais un landing parfait (791) un landing parfait en bas, tu leur fais un landing parfait tu vois ce saut-là j'ai eu 2,4. C'est quasiment parfait. J'étais 2e en qualif là (...) bon backfull (793) ».

[175] Cet étayage provient de la thèse d'honneur de Camille Michaud (2013) qui a conduit des entretiens avec les parents d'ÉNA3H (« le skieur prend à son tour le rôle de tuteur et montre à son parent des notions de ski enseignées par ses entraîneurs ou des astuces découverts de lui-même » p. 40).

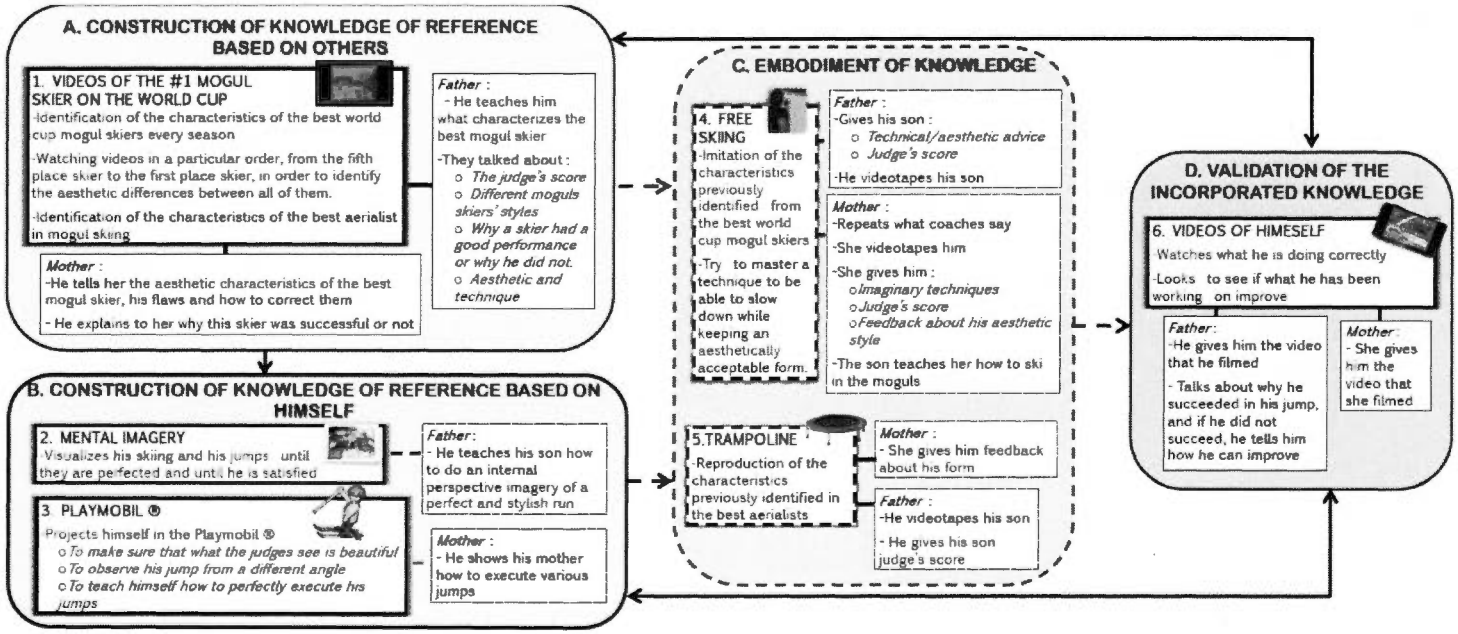


Figure 3.6. Système instrumental d'activités privées orientées par l'esthétisme[176]

[176] Les résultats présentés ici sont tirés intégralement d'une présentation affichée au congrès de la Fédération Européenne de Psychologie du Sport (Laurin-Landry, Michaud, Merri, Récopé et Laurin-Landry, 2013).

En somme, la norme *d'esthétisme parfait et appréciable des juges* permet au skieur de réaliser pleinement sa *sensibilité à l'excellence*. De même, sa *sensibilité à l'excellence* lui donne des critères de sélection de modèles d'exécution qui étayent sa norme d'*esthétisme parfait et appréciable des juges*. Sa *sensibilité à* détermine son mode de perception, sa manière de s'orienter et d'interagir avec les autres objets, événements ou personnes (Varela et al., 1993) le menant à choisir des activités privées porteuses de sa *sensibilité à l'excellence* et lui permettant de développer son expertise.

3.10.3. La sensibilité aux signaux proprioceptifs indicateurs de réussite référés à l'esthétisme parfait et appréciable par les juges (ÉNB6H)

Le skieur ÉNB6H possède une *sensibilité aux signaux proprioceptifs indicateurs de réussite référés à l'esthétisme parfait et appréciable par les juges*. Il valorise des indicateurs proprioceptifs (sens aérien, sensation corporelle) lui indiquant le bon déroulement de l'exécution motrice et il valorise le développement d'un style appréciable des juges. Cette sensibilité à est similaire à celle d'ÉNA1H (importance des signaux proprioceptifs réussis) et d'ÉNA3H (importance de l'esthétisme parfait et appréciable des juges). L'originalité de la sensibilité à de ce skieur est de combiner ces deux normes d'activité. Cette sensibilité à est plus spécifiquement repérable lors des activités privées de visionnement de vidéos de soi et des autres (Figure 3.7).

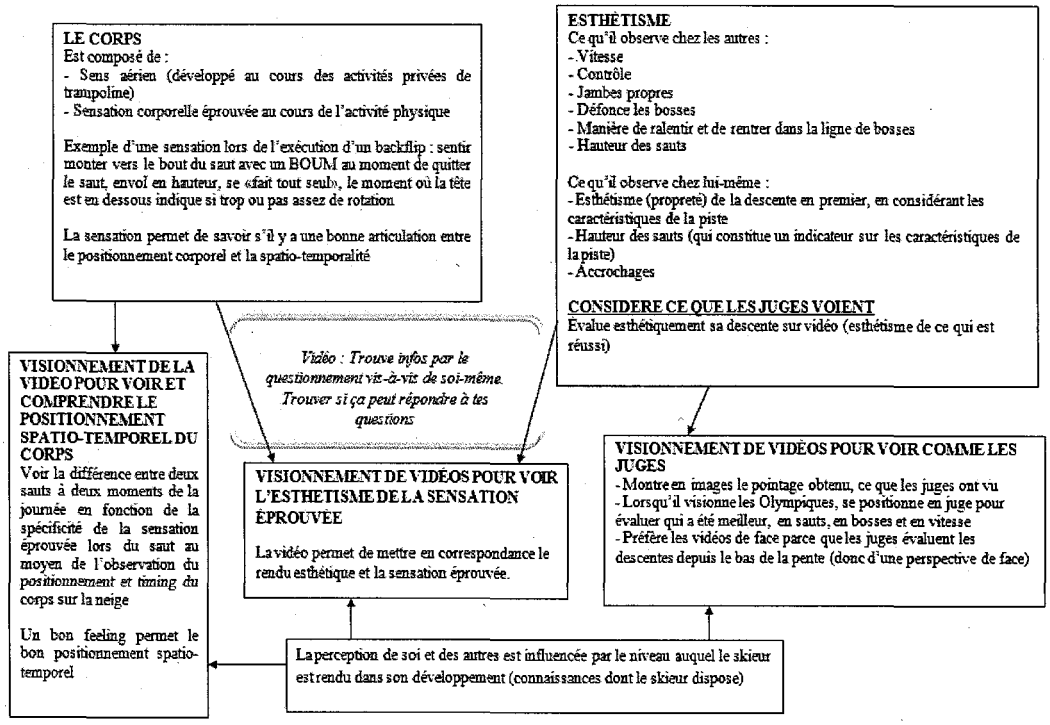


Figure 3.7. Articulation des *sensibilités à* l'esthétisme et *à* la proprioception

Ainsi, la norme d'activité valorisant l'identification des *signaux proprioceptifs indicateurs de réussite* (carré « Le corps ») permet à celui-ci d'établir une correspondance entre la valeur recherchée (ex. « se fait tout seul ») ou la réalisation de son antivaleur (« trop ou pas assez de rotation »). L'expérience d'une bonne sensation indique une bonne articulation entre le positionnement corporel et la spatio-temporalité (objet de valeur). Cette sensibilité à oriente le « Visionnement de la vidéo pour voir et comprendre le positionnement spatio-temporel du corps ». La norme valorisant *l'esthétisme parfait et appréciable par les juges* (carré « Esthétisme ») oriente son regard lors de ses observations. Lorsqu'il observe des erreurs, son exécution représente son antivaleur. Cette sensibilité à oriente le « Visionnement de

vidéos pour voir comme les juges ». Les liens (flèches) entre les différents carrés indiquent comment la combinaison de ces deux normes, créant ainsi sa sensibilité à, orientent son visionnement de vidéos de soi afin de déterminer l'esthétisme d'une sensation éprouvée (« Visionnement de vidéos pour voir l'esthétisme de la sensation éprouvée ».

Le skieur ÉNB6H attribue la possibilité de réaliser ces activités privées aux connaissances qu'il a acquises au cours de sa carrière sportive (carré du bas). Enfin, bien qu'il présente des sensibilités similaires à celles d'ÉNA1H et d'ÉNA3H, celles-ci sont moins complexes et moins ancrées dans son discours et dans les catégories d'activités privées qu'il a réalisées.

3.10.4. La sensibilité à se sentir confiante (ÉNC9F)

La manière d'être skieuse[177] d'ÉNC9F, les activités privées qu'elle a menées et l'étayage dont elle bénéficie sont orientés par une *sensibilité à se sentir confiante*. Cette *sensibilité à se sentir confiante* influence sa relation avec l'entraîneur et son besoin qu'il étaye son visionnement de ses performances. Sa *sensibilité à se sentir confiante* oriente les catégories d'activités privées qu'elle conduit et les catégories d'étayages sollicités ayant pour fonction de maintenir son sentiment de confiance (Figure 3.8).

---

[177] « (...) J'apprends tranquillement pas vite à essayer de retrouver quelle genre de compétitrice je suis parce qu'en bout de ligne, tu compétitionnes, que tu skies avec la meilleure technique mais si tu es pas capable de compétitionner, ça marche pas. Dans le fond, c'est juste trouver un juste milieu de, comment je me **sens** par rapport à comment je skie. Pis à trouver une confiance là (468) »

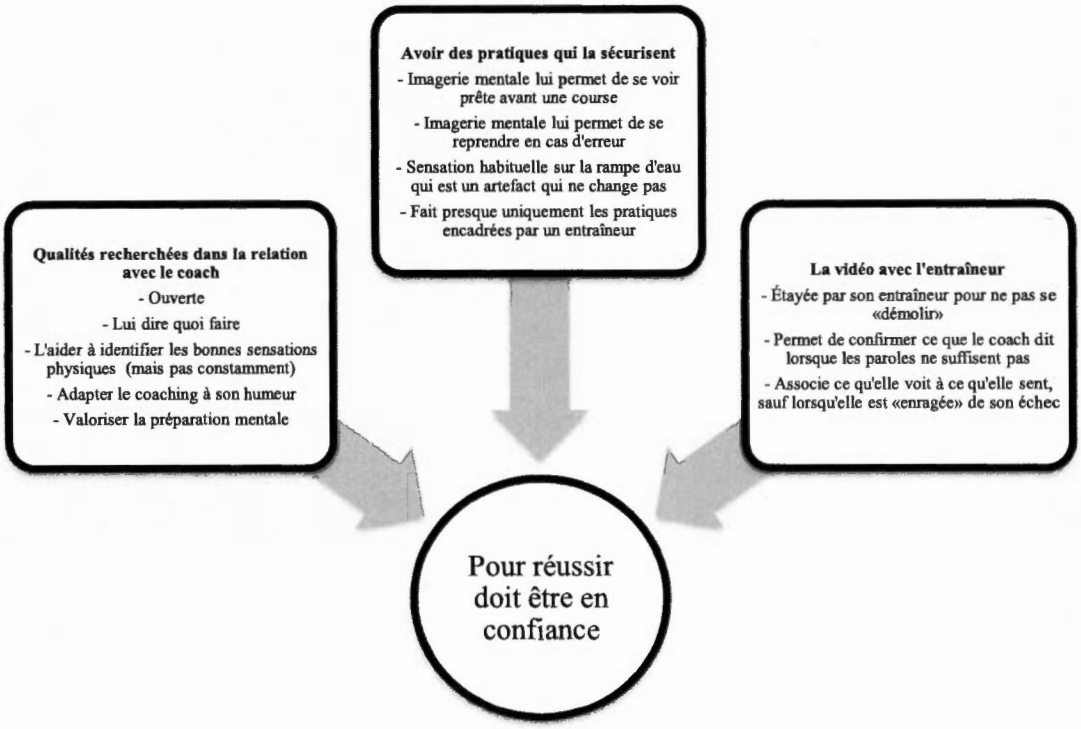


Figure 3.8. Schématisation de la *sensibilité à se sentir confiante* de la skieuse ÉNC9F

La "Pratique délibérée – Rampe d'eau", comparativement au trampoline qui lui fait peur[178], est plutôt appréciée par la skieuse puisqu'elle lui permet de se sentir en confiance lorsqu'elle exécutera son saut sur la neige (carré « Avoir des pratiques qui la sécurisent ») :

> Ça te met en confiance, pis dans le fond tsé, quand j'ai commencé à compétitionner c'est quand les flips sont rentrés là, dans le fond c'était

---

[178] « J'ai toujours eu peur de la trampoline là que tsé j'en fais parce que je le sais que c'est bon pour mon sport, pis oui je me pousse. Mais tsé à mettons, pour moi, mettons cet été quand j'ai fait backfull sur la trampoline ça avait été un exploit parce que ça me faisait vraiment peur là. tsé, beaucoup plus à l'aise sur la rampe d'eau ou sur un saut de neige que sur la trampoline, mais c'est sûr que tu apprends à devenir de plus en plus confiante, de plus en plus que tu en fais (114) ». La répétition des pratiques lui permet éventuellement de se sentir confiante avec la pratique et/ou l'habileté.

> tout nouveau là. Faque ça m'a permis de, de commencer à en faire des, des backflips pis de m'habituder ou d'en faire plusieurs pour ensuite les qualifier sur la neige puis euh, c'est sûr que la rampe d'eau ça m'a mis en confiance là. J'avais eu, j'avais peur d'en faire sur la neige, mais tsé c'était beaucoup moins épeurant quand tu en avais fait une centaine sur la rampe d'eau. Tu savais que tu étais capable de le faire. Tu les avais qualifiés aussi (152).

La catégorie d'étayage « rassurance du skieur sur sa compétence tout en la validant » de l'entraîneur (section 2.5.3.2.2.1. de la deuxième partie de la thèse) est présente lors de ses "Pratiques délibérées réflexives – Vidéos de soi" (carré « La vidéo avec l'entraîneur »). En effet, cet étayage lui permet de prendre conscience de ses qualités de skieuse, occasionnant ainsi le regain et/ou le maintien de sa confiance en elle :

> Souvent j'analysais avec mon coach, j'essayais pas trop de regarder toute seule, parce que des fois c'est facile de se démolir un peu (320). Je l'analysais avec mon coach. On le regardait une fois, pis après ça, ben on y allait par section en slow motion. ou juste admettons, juste couper en trois une descente pis il allait me donner des conseils pour, qu'il me dise ce que j'ai fait de bien, ce que j'ai fait de moins bien. Moi il me fallait ça, parce que dans le fond, du premier coup des fois, quand je voyais ma descente, je suis toujours un peu plus négative que positive quand je me vois descendre. Mais c'était, de ramener aux points positifs (304).

La valorisation d'une relation à l'entraîneur (carré « Relation à l'entraîneur ») reposant sur l'ouverture, la prescription, la détection des sensations, l'adaptation à l'humeur et la valorisation de la préparation mentale provient de son histoire personnelle. En effet, sa *sensibilité à se sentir confiante* est renforcée par son histoire personnelle récente où des entraîneurs de l'ÉN lui ont demandé de changer

complètement sa technique de ski, rendant ardue sa maîtrise et ayant pour conséquence une baisse de confiance et d'efficacité technique[179] :

> Ma première année sur l'équipe nationale (...) j'ai changé des choses comme assez drastiquement sûrement là. pis après ça, ma 2e année ben, je me posais des questions, comme « je fais tu ça de la bonne manière » pis je me sentais un peu comme, un peu prise comme dans un rond là tsé. Comme, je savais pas trop, j'avais appris une sorte de technique mais je savais pas trop comment tsé, aller vite avec cette technique là. Faque moi j'ai été, je me sentais comme pris là-dedans pis je tournais en rond. Dans le fond, la manière que je me suis sortie de ça, c'est que dans le fond, tu finis par un peu plus avec plus de pratique le maîtriser. Je sais pas tu finis par devenir plus confiant, pour moi c'était de faire, sortir de ce plateau là. C'est faire confiance à ce que j'avais appris dans le fond. Pis à le laisser aller un peu plus. C'est ça qui m'avait aidé (276) ».

Enfin, l'importance de l'entraîneur dans sa sensibilité à est présente depuis ses débuts en ski de bosses. En effet, parmi l'ensemble des skieurs participants à notre étude, elle est celle ayant évoqué le plus grand nombre d'étayages de l'entraîneur lors de ses activités privées :

> J'ai pas mal suivi le plan (pratique délibérée – conditionnement physique) qu'on m'a donné (...) j'ai pas mal suivi tout ce qu'on m'a dit de faire je fais confiance à mes coachs là (32). J'y vais le nombre de jours qu'on me recommande (...) d'habitude je suis vraiment comme le plan qui me donnent (96) Moi j'y allais avec mes entraîneurs ("Pratique délibérée – Rampe d'eau"), on allait beaucoup à Saint-Hyppolite, quand on était à mont 4. Pis j'avais commencé aussi à Québec, avec CoachPriv 1 pis euh,

---

[179] La transition ÉQ-ÉN fut difficile pour cette skieuse étant donné la présence d'une relation de confiance entre elle et ses entraîneurs lorsqu'elle était sur l'ÉQ. De plus, les objets de valeurs qu'elle évoque concernant la relation avec l'entraîneur sont ceux qu'elle appréciait de ses entraîneurs de l'ÉQ. Ce constat renforce ainsi l'importance de l'histoire personnelle dans la compréhension de ce qui oriente les activités des humains.

> ben dans le fond, je m'inscrivais à des camps par moi-même (144) On avait des camps (rampes d'eau) de cédulés (planifié dans un calendrier) en équipe faque moi j'y allais avec l'équipe, j'y allais pas par moi-même là (148). On s'organisait avec Coachpriv 1 dans le temps, qu'il était vraiment ma source là. Quand on s'organisait (...) on l'engageait pour aller sauter ou même il y a des journées qu'on faisait avec Coachpriv 2, dans le temps parce que c'est lui qui avait la rampe d'eau. (...) 2 journées par, ben on faisait les 2 journées de la fin de semaine pis on sautait plus, on y allait avec des coachs qui pouvaient être là là (150).

En somme, sa *sensibilité à se sentir confiante* détermine son mode de perception (confiance ou danger), sa manière de s'orienter (vers les pratiques délibérées) et d'interagir avec les autres objets, événements ou personnes (recherche l'étayage de l'entraîneur) (Varela et al., 1993), la menant à choisir des activités privées et des étayeurs répondant à sa sensibilité et lui permettant de développer son expertise.

Bref, les résultats précédents montrent l'existence de quatre sensibilités à différentes chez quatre skieurs provenant de la même culture sportive spécifique du ski de bosses : la *sensibilité à l'avènement de signaux proprioceptifs indicateurs de réussite* d'ÉNA1H, la *sensibilité à l'excellence* d'ÉNA3H, la *sensibilité aux signaux proprioceptifs indicateurs de réussite référés à l'esthétisme parfait et appréciable par les juges* d'ÉNB6H, la *sensibilité à se sentir confiante* d'ÉNC9F. Chacune de ces sensibilités à détermine le mode de perception du skieur, sa manière de s'orienter (vers des fins-en-vue particulières) et d'interagir avec les autres objets, événements ou personnes (sélection d'artefacts et d'étayeurs particuliers) (Varela et al., 1993), le menant à choisir des activités privées et des étayages répondant à sa sensibilité et lui permettant de développer son expertise.

3.11. Résultats : la construction du modèle de performance idéale repose sur a valorisation d'habiletés techniques et esthétiques

La section précédente indique que l'observation de vidéos est orientée par les sensibilités à des skieurs, c'est-à-dire les normes d'activité prévalentes incorporées, en tant que valeur en acte directrice correspondant à ce qui leur importe et ce pour quoi ils s'emportent (Récopé et al., 2014). La deuxième partie de la thèse révèle que les activités privées de visionnement de vidéos des autres permettent à huit skieurs (dont les skieurs experts) de construire leur modèle de performance idéale, c'est-à-dire le style de skieur qu'ils souhaitent atteindre. Au cours de leurs visionnements, les skieurs identifient des éléments techniques et esthétiques caractérisant les meilleurs skieurs de bosses de la Coupe du monde, et ce, au moment où le skieur est membre de l'équipe régionale. En choisissant le style de skieur de bosses (techniques de ski et de sauts) qui leur plaît (appréciation affective), les skieurs créent leur modèle. Ils cherchent une correspondance entre les mouvements qu'ils produisent et le modèle de performance idéale. Cette recherche de correspondance parfaite régule le déroulement de l'activité privée. Toutefois, ni les éléments orientant l'observation et la construction de ce modèle, ni le lien entre ce modèle de performance idéale et le skieur qui l'évoque ne sont expliqués dans la deuxième partie de la thèse. La sensibilité à oriente le regard des skieurs lors de leurs observations de vidéos, ainsi il est fort possible que les éléments observés par les skieurs reposent sur leurs valeurs. La présente section a donc pour ambition d'identifier comment les valeurs, c'est-à-dire la valorisation d'habiletés techniques et esthétiques, déterminent le modèle de performance idéale (finalité intrinsèque) permettant la régulation du déroulement des activités privées d'un skieur donné.

3.11.1. Méthodologie d'analyse : Identification du modèle de performance idéale par la présence d'habiletés techniques observées et valorisées

L'analyse inductive générale menée dans la deuxième partie de la thèse révèle la présence d'un modèle de performance idéale chez huit skieurs. Dès lors, nous avons ré-analysé l'ensemble des extraits portant sur la présence d'un modèle de performance idéale. Nous avons repéré tous les extraits porteurs d'une valorisation de caractéristiques d'un modèle d'exécution observé chez un skieur donné (ex. « *Tu vois son haut de corps il ne bouge pas. Pis en plus lui aussi il dit ça : le plus souple possible. J'sais pas, je trouve qu'il a l'air agressif, je pense qu'il a fait un des meilleurs temps en plus de la finale (ÉQ11H, 236)* »). Par la suite, les caractéristiques valorisées imitées/incorporées ont été identifiées (ex. « *J'essayais de skier comme Dale un moment donné c'était comme dos droit pis toute. Pis tsé je savais à force d'essayer de faire comme lui (...) un moment donné y'a quelqu'un qui me le dit que j'avais le haut de corps comme Dale. Tsé comme ça, mon ski s'en allait, il ressemblait un peu pis c'est comme la, ça veut dire que la manière que j'essayais de faire comme lui, c'est semblable un peu. (ÉNA3H, 425)* »).

Suivant ces analyses, nous avons choisi deux cas suffisamment riches en détails permettant une modélisation des aspects techniques et esthétiques valorisés et la construction du modèle de performance idéale au cours du temps.

3.11.2. Deux études de cas exemplaires de la construction d'un modèle de performance idéale

La construction de modèles de performance idéale repose tout d'abord sur l'observation et l'intériorisation, par un skieur donné, des normes de la culture

sportive spécifique du ski de bosses (ex. critères de jugement) et la valorisation de caractéristiques techniques décrivant les skieurs de haut niveau et ceux dont le skieur apprécie le style technique de ski et des sauts. La possibilité d'observer des Coupes du monde et de regarder des vidéos de skieurs de la Coupe du monde – lorsque nos participants sont sur l'ÉR – constitue l'origine de la construction des modèles de performance idéale : « *Pour faire moi-même. Mais mon moi-même c'était moi, pis à mettons, inspiré des autres, mais c'était 50% moi, ben, plus que ça, 80% de moi pis 20% d'essayer de faire comme eux (skieurs de la Coupe du monde) ils faisaient (ÉNA3H, 429)* ».

Pour illustrer ces constructions de modèles de performance idéale et comment ceux-ci orientent les activités privées, deux modélisations sont présentées. La première modélisation de la construction du modèle de performance idéale provient de l'entretien du skieur ÉNC7H. Ce skieur a été choisi pour sa modélisation complexe et exemplaire de la technique de ski et de la technique des sauts. Le deuxième cas provient de l'entretien du skieur ÉNA2H. Ce cas a été sélectionné parce qu'il démontre les fondations de la construction de son modèle de performance idéale et comment celui-ci oriente le choix et le déroulement de ces activités privées. Bien qu'un lien soit possible entre les sensibilités à de ces skieurs et la construction de leur modèle de performance idéale, notre méthodologie d'entretien et notre méthode d'analyse ne permettent pas de rendre compte de manière suffisamment appuyée ce lien. Dès lors, seules les valeurs constitutives du modèle de performance idéale sont présentées.

3.11.2.1.Construction du modèle de performance idéale en ski et en sauts (ÉNC7H)

Le modèle de performance idéale d'ÉNC7H s'est construit tout au long de sa carrière en ski de bosses. Préférant le ski aux sauts, il construit tout d'abord son modèle de performance idéale en ski. Cette construction débute lorsqu'il était sur l'ÉR, lorsqu'il assiste à une Coupe du monde où il observe les meilleurs skieurs de bosses. Ses observations cette journée-là constituent la genèse de la construction de son image 3D représentant la technique de ski qu'il cherche à posséder :

> Quand j'étais petit. C'est quand je voyais, je me souviens de la Coupe du monde à Tremblant. J'ai vu les gars descendre sur la Coupe du monde. Je me souviens, dans ma tête, je m'imaginais comment il skiait. Je voyais leurs genoux qui attaquaient. Comment je voyais l'image d'eux en train de skier. Je me disais tout le temps que c'est comme ça qu'il faudrait que je ski, que c'est comme ça que je veux skier. J'avais l'image de ça. De leur descente à eux. Pis euh. J'avais déjà commencé comme ça, faque mettons là j'avais l'image à eux. Je l'imaginais dans ma tête de comment ça se faisait. Mais ce n'était pas moi qui étais à la place. C'était vraiment eux, dans le fond, c'est leur descente que je visualisais. Comme ça en image 3D, on peut dire (59).

À ces observations en direct s'ajoute le visionnement de vidéos de skieurs de la Coupe du monde ("Pratique spontanée réflexive – Vidéos des autres") :

> Je dirais que les vidéos de Coupe du monde, je les regarde (...) tu les regardes, c'est comme un objectif. Tu veux aller vers ça, faque tu essayes juste de... tu regardes juste les points positifs pis tu te dis « ah c'est comme ça qu'il skie, c'est comme ça que je veux skier (...) tu regardes comment il skie pour essayer de comprendre comment aller vers ça (669). C'est comme un but à atteindre dans le sens que tsé, tu t'imagines en train de skier comme eux, tu veux aller vers ça (677).

Ce modèle, débutant par une observation des skieurs de la Coupe du monde, évolue et se peaufine au cours des années pour finalement devenir une image 3D de la technique de ski de bosses idéale que ce skieur souhaite maîtriser, constituant ainsi une finalité intrinsèque (Figure 3.9).

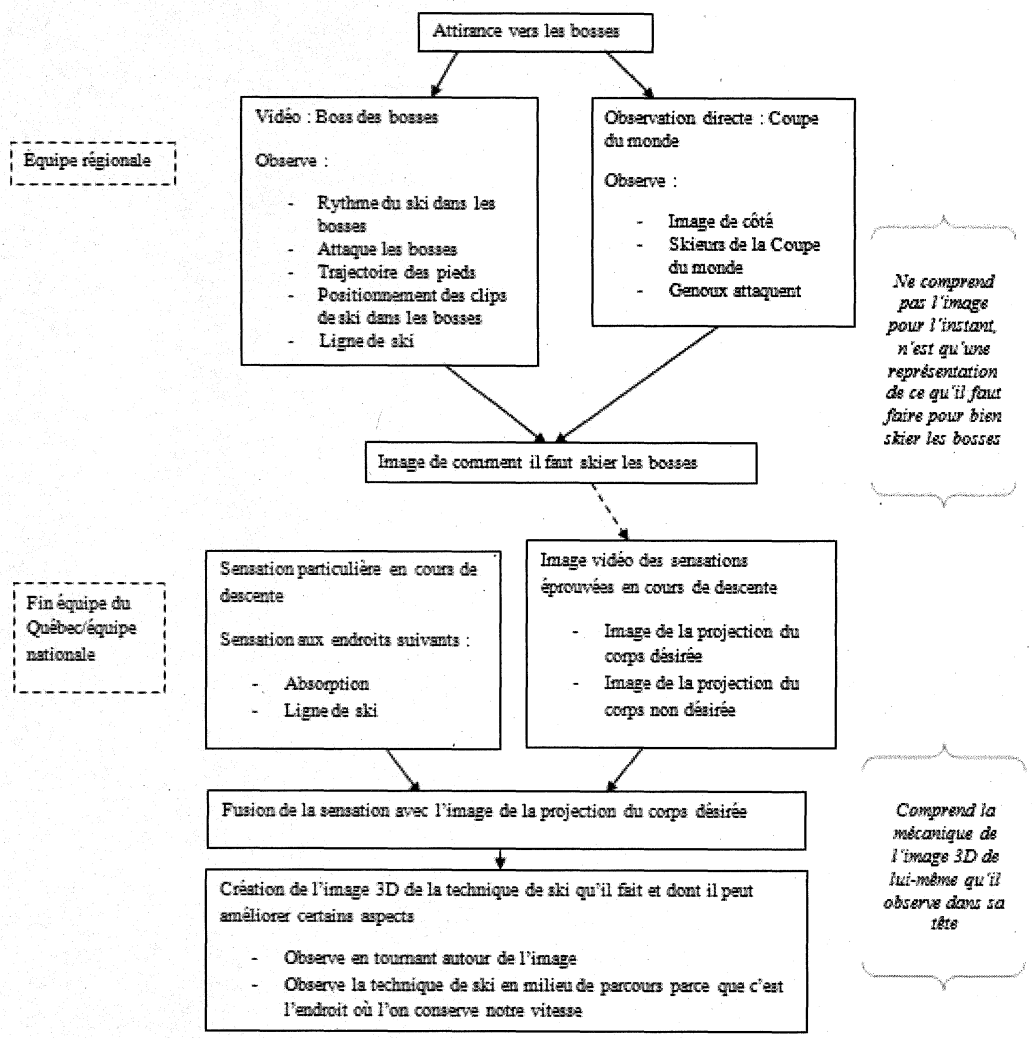


Figure 3.9. Modèle de performance idéale en ski (ÉNC7H)[180]

---

[180] Pour une explication plus détaillé du schéma illustrant la création du modèle de performance idéale en ski de bosses, voir l'Annexe L.

Ce modèle de performance idéale en ski – sous forme d'image 3D – oriente le regard du skieur lorsqu'il visionne ses performances sur vidéos et lorsqu'il fait une imagerie mentale de sa performance.

À son arrivée sur l'équipe nationale, il construit son modèle de performance idéale en sauts. Au moment de l'entretien, il évoque ressentir aujourd'hui la bonne sensation dans les airs[181] :

> La sensation que je cherchais. La la le feeling, même à ça si je l'avais déjà fait en rampe d'eau, j'étais pas capable de le visualiser pis de le créer dans ma tête parce que je l'avais jamais senti exactement comme ça devait se faire. Alors que c'est depuis 2 ans que je l'ai senti et il y a beaucoup de choses que j'ai senties depuis deux ans à peu près. Comment ça devait se faire, faque j'ai été comme capable de l'imaginer vu que je l'avais déjà senti (51).

> Mettons tes coachs ils disent tout le temps il faut que tu sois sur la pointe des pieds mettons. Mais tsé toi tu le sais pas c'est quoi exactement être sur la pointe des pieds jusqu'à ce que tu sentes que comme un, il y a quelque chose qui a marché là. Pis c'est cette sensation-là qu'il faut que tu recherches pour que ça marche parce que après ça tu l'as vu sur vidéo que ça a marché. Faque c'est ça dans le fond, je dirais… le vidéo mettons tu vois le vidéo et tu as la sensation dans ta tête de comment tu t'es senti. Pis c'est quand que tu mets les deux ensembles que tu es capable de créer l'image. De comment ça se fait (…) c'est quand j'ai réussi à le sentir une fois en regardant les vidéos j'ai réussi à comme créer l'image qui va me permettre de me sentir comme ça. De le faire comme il faut (53).

---

[181] Voir la section 3.6.5.3. illustrant l'enquête qu'il a menée pour identifier la bonne sensation et la bonne image pour son backfull.

Ainsi, au moyen de l'association discours-sensation-image, ce skieur crée son modèle de performance idéale en sauts (Figure 3.10), qu'il peut affiner par l'observation ou le visionnement des autres skieurs.

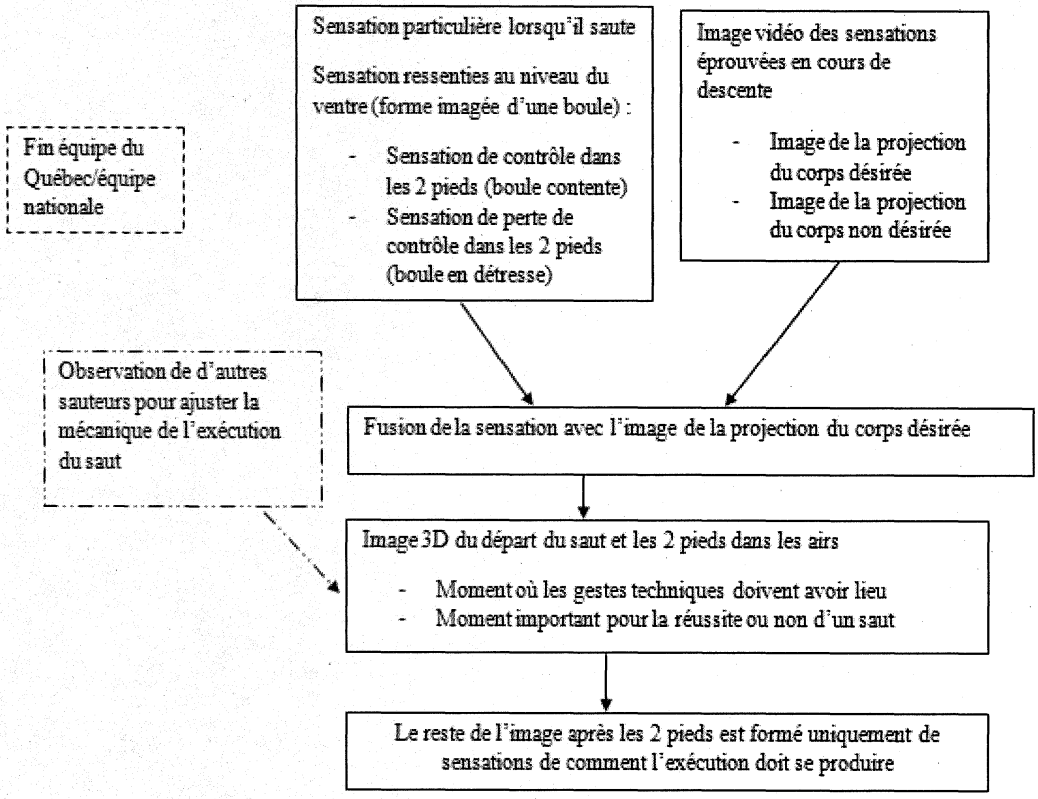


Figure 3.10. Modèle de la technique idéale des sauts (ÉNC7H)[182]

En somme, ces deux modèles de performance idéale en ski et en sauts du skieur ÉNC7H sont construits à partir de la valorisation de caractéristiques techniques et proprioceptives et par l'incorporation des normes de la culture sportive spécifique du ski de bosses (tout particulièrement par le souci de projeter une technique appréciable

[182] Pour une explication plus détaillé du schéma illustrant la création du modèle de la technique de saut idéale de ce skieur, voir l'Annexe M.

visuellement : « Image désirée vs image non désirée »). La possession de ces modèles de performance idéale oriente le mode de perception (atteinte ou éloignement du modèle) et sa manière de s'orienter (choix des activités privées de visionnement de vidéos) (Varela et al., 1993). Enfin, son modèle de performance idéale le distingue comme pratiquant du ski de bosses et lui permet d'autoréguler le déroulement de ses activités privées.

3.11.2.2. Construction du modèle de performance idéale orientant les activités privées menées (ÉNA2H)

Tout comme le skieur ÉNC7H, le skieur ÉNA2H visionne – lorsqu'il est sur l'ÉR – des vidéos de skieurs de la Coupe du monde :

> Je regardais un skieur que j'aimais, j'aimais son style pis après ça, j'essayais d'apprendre de son ski un petit peu en le regardant vraiment plus au ralenti là. Vraiment frame by frame pour regarder quels mouvements qu'il fait, à quel moment (282).

Ses observations d'appréciation affective et technique de l'exécution motrice des autres skieurs lui permettent de construire son modèle de performance idéale, qu'il nomme son « style de skieur » (Figure 3.11).

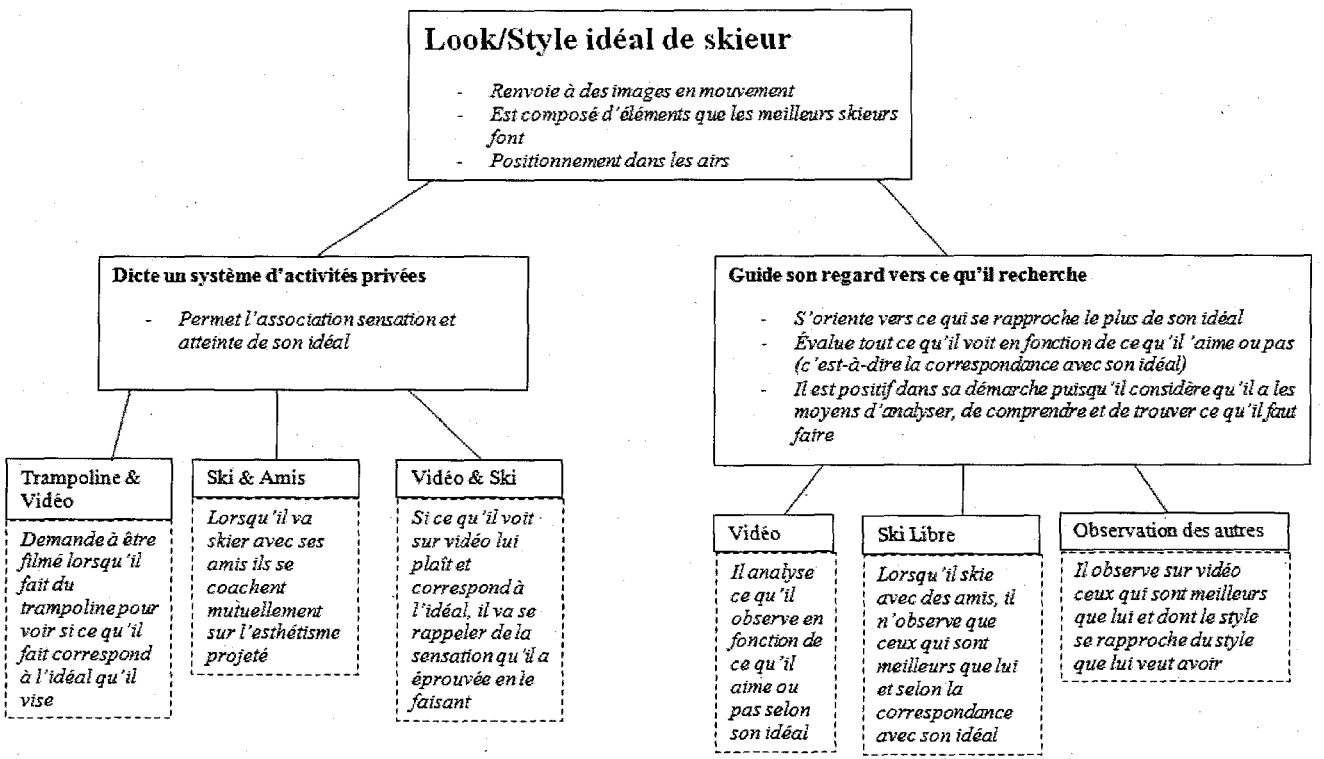


Figure 3.11. Style idéal de skieur de bosses (ÉNA2H)[183]

[183] Pour une explication plus détaillée de la construction du modèle de performance idéale de ce skieur, voir l'annexe N.

Outre la fonction de réguler le déroulement de l'activité privée (section 2.5.4.2.3. de la deuxième partie), ce modèle de performance idéale oriente le regard de ce skieur lorsqu'il s'observe sur la vidéo :

> Qu'est-ce que je veux avoir l'air, ben moi c'est tsé si je veux avoir l'air de ça dans les airs, si je veux avoir l'air de, de ce style de sauteur là, ces trucs-là ben c'est ça que je regarde. Pis je regarde ce que j'ai besoin de changer pour devenir ça (448).

En somme, la présence de ce modèle de performance idéale guide le mode de perception de ce skieur (correspondance ou non avec l'idéal) ainsi que sa manière de s'orienter (choix des activités privées) et d'interagir avec les autres objets, événements ou personnes (nature des étayages) (Varela et al., 1993), le menant à choisir des activités privées lui permettant d'atteindre sa performance idéale (finalité intrinsèque).

En conclusion, la cohérence existant entre la valorisation de caractéristiques techniques et le modèle de performance idéale sous-tend le choix, la mise en place et le déroulement de l'activité privée. Cette cohérence coordonne le plan d'action à produire pour atteindre la performance idéale. Il est également possible que ces valeurs soient à l'origine ou qu'elles découlent de la sensibilité à de ces skieurs, non identifiée ici.

3.12. Discussion et interprétation phénoménologique et énactive de la contribution individuée du skieur au choix de ses activités privées

Cette section avait pour enjeu d'étudier de manière individuée comment les valeurs du skieur orientent non seulement le choix, la mise en place et le déroulement de ses activités privées, mais aussi la construction de son modèle de performance idéale.

Cette orientation de recherche repose sur l'ambition de redéfinir l'axe de valeur personnelle en étudiant comment les valeurs influencent le choix des activités privées menées par un skieur particulier. En effet, « tout vivant s'individualise par les valeurs qu'il actualise » (Le Blanc, 1998, p. 55). Pour ce faire, nous avons construit deux méthodes d'analyses.

La première méthode d'analyse repose sur le concept de sensibilité à (Récopé et al., 2014), c'est-à-dire « une orientation d'ensemble dirigeant l'activité et le vécu en les organisant à partir de la valeur directrice instaurée par une norme prévalente (...) surgissant de l'histoire personnelle au sein d'un contexte socioculturel normatif (...) portant le pratiquant vers certaines qualités d'objets, d'événements qui assurent la signification de la situation » (p. 109). Ce concept s'appuie sur quatre cadres théoriques (Récopé et al., 2014) : les valeurs (Canguilhem, 2003, 2007; Macherey, 2001; Varela et Depraz, 2004), les normes (Canguilhem, 2003, 2007), l'histoire personnelle (énaction) (Di Paolo, 2005; Di Paolo, Rohde et De Jaegher, 2010) et le contexte socioculturel normatif (Darbon, 2002). L'intégration de ces quatre cadres théoriques crée la sensibilité à qui dirige l'activité de l'individu en l'orientant vers certaines qualités d'objets (activité privée) lui permettant de développer son expertise et son talent en ski de bosses.

La deuxième méthode d'analyse repose sur l'identification des diverses valorisations de caractéristiques d'un modèle d'exécution et de l'imitation/l'incorporation de ces caractéristiques dans la pratique du ski de bosses de ce skieur.

Quatre sensibilités à identifiées chez quatre skieurs que nous avons données en exemple et les deux modèles de performance idéale modélisés déterminent le mode de perception, la manière de s'orienter et d'interagir avec les autres objets, événements ou personnes (Varela et al., 1993) menant le skieur à choisir des activités

privées et des étayeurs lui permettant de développer, de manière délibérée ou non, son expertise. Les valeurs orientent donc le choix des activités privées d'un skieur particulier. Cinq propositions expliquent cette influence.

3.12.1. Les valeurs existent au sein de l'interaction entre l'individu et l'environnement

Deux conceptualisations théoriques de l'existence de l'individu (skieur) en relation avec son environnement ont été proposées jusqu'à présent. Tout d'abord, le skieur évolue au sein de plusieurs systèmes écologiques (microsystème, mésosystème, exosystème et macrosystème) (Bronfenbrenner, partie 2). Ces systèmes influent, de manière directe ou indirecte, sur son existence et son développement et cette influence se modifie au cours du temps (chronosystème). Ensuite, la conceptualisation pragmatique de Dewey indique que l'individu existe au sein d'un environnement rempli de sens commun, qui comprend, par exemple les habitudes, les traditions d'une communauté et les transactions entre lui et l'environnement qui déterminent les qualités des objets pouvant être utilisés et appréciés (Dewey, 1938). La conceptualisation de Dewey est présente dans le cadre théorique de l'énaction, cadre sur lequel s'appuie Récopé (Récopé, Rix-Lievre, Fache et Boyer, 2013; Récopé et al., 2014). D'ailleurs, ces deux cadres théoriques (pragmatique et énactif) soutiennent que l'attribution de qualités à un objet est relationnelle : « les qualités émergent de transactions continuelles entre un organisme et son environnement et de la perspective propre de l'organisme sur la situation » [Trad. libre][184] (MacKenzie, 2016, p. 25).

---

[184] Qualities emerge from ongoing organism environment transactions and their proper locus in the situation.

Le choix de l'activité privée à conduire repose sur la relation entre le skieur et son environnement puisque le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées des skieurs sont tributaires des disponibilités artefactuelles et de l'entourage social. Le skieur perçoit donc qualitativement les objets disponibles dans son environnement, le conduisant ainsi à mener certaines activités privées. Chez Aristote (Ross, 1995), les qualités attribuées au moyen (activité privée) relèvent de son potentiel à réaliser le désir. Dans les approches pragmatiques et énactive, la perception de qualité repose sur la relation organisme vivant-environnement, son déroulement et son inscription dans un domaine particulier :

> Premièrement, les qualités sont fondamentalement relationnelles (...) Deuxièmement, les qualités émergent des ou au cours des interactions entre un organisme sensible et son environnement – elles sont énactées – mais elles guident et contraignent également ces interactions. Troisièmement, la dimension qualitative relève d'un domaine ou d'un champ relationnel ayant de multiples facettes. Quelle que soit la situation, elle possède une structure intégrée et l'unité qualitative de cette dimension est à la fois esthétique, affective et pratique. Au cœur de cette considération on trouve la conception transactionnelle ou énactive de la relation organisme-environnement » [Trad. libre][185] (MacKenzie, 2016, p. 29).

Ainsi, la dimension qualitative perçue dans l'interaction organisme vivant-environnement repose sur l'esthétisme, l'affectif et le pragmatisme. Ces trois dimensions qualitatives sont fondamentales dans l'étude du choix et du déroulement des activités privées. En effet, le skieur perçoit la qualité pratique d'une activité privée lui permettant d'atteindre la fin-en-vue qu'il s'est fixée (ex. exécuter plusieurs

---

[185] First, qualities are fundamentally relational (...) Second, qualities arise from or in the course of interaction between sentient organisms and their environment—they are enacted—but they also guide and constrain those interactions. Third, the qualitative dimension is a multifaceted relational domain or field. It has an integrated structure and the unity of the qualitative dimension in any given situation is aesthetic, affective, and practical. At the heart of this account is the transactional or enactive account of the organism-environment relation.

sauts) et/ou l'atteinte de son modèle de performance idéale. Ensuite, il perçoit les qualités de ses performances lorsqu'elles correspondent esthétiquement et affectivement à son modèle de performance idéale. La perception esthétique et affective est finalement intrinsèquement liée aux sensibilités à identifiées chez trois skieurs puisque les sensibilités à des skieurs ÉNA3H et ÉNB6H ont pour objet de valeur l'esthétisme et la sensibilité à de la skieuse ÉNC9F a pour objet de valeur la confiance (affect). Ainsi, ces objets de valeurs présentent un caractère critique pour les skieurs (Récopé, 2015) *in situ,* pour lequel ils s'emportent (Récopé et al., 2014).

Tout comme la perception de qualités, la valeur existe au sein de la transaction reliant l'individu à son environnement (Bounoure, 1948; Dewey, 1916b; Di Paolo, Rohde et De Jaegher, 2010; Récopé et al., 2014). Plus spécifiquement, la valeur « qualifie la façon dont s'établit le contact de l'être vivant avec les circonstances du monde extérieur ; certaines lui sont indifférentes, mais la vie est une incessante expérience où s'affirment le discernement et le choix de valeurs, qui sont par là même définies comme valeurs vitales » (Bounoure, 1948, p. 142). Ainsi, tout ce que rencontre le skieur est « d'une manière ou d'une autre valorisé[186] (plaisir, déplaisir ou ignorance) et d'une manière ou d'une autre réceptionné (en tant qu'attraction, répulsion ou neutralité) » (Varela, 2010, p. 67-68). Cette valorisation a trois fonctions : 1) la résolution de situations indéterminées et la création d'habitudes ; 2) l'amélioration de la performance du skieur ; 3) la conservation de la viabilité et de l'identité de l'organisme vivant.

La fonction pragmatique est liée au jugement de valeur et au jugement pratique menant à une prise de décision sur l'action à conduire (Dewey, 1915, 1938). Ces jugements sont ancrés dans la relation entre l'individu et l'environnement puisqu'ils

---

[186] Pour Dewey, on valorise les moyens nous permettant de résoudre la situation indéterminée.

sont dépendants de la situation indéterminée (ex. difficultés éprouvées sur la piste). Ainsi, les jugements et la délibération portent sur les moyens pouvant résoudre cette situation. Suivant la prise de décision, l'individu se dirige vers l'objet valorisé (Anderson, 2014), c'est-à-dire l'activité privée permettant au skieur de créer une situation déterminée (ex. vouloir résoudre un problème éprouvé sur la piste de ski en visionnant des vidéos d'exécution technique pour résoudre leur difficulté). Dès lors, l'activité privée est chargée de valeur puisqu'elle devient un moyen d'action et l'attribution d'une valeur qualitative à celle-ci se produit au sein de l'activité du sujet (Schwartz et Durrive, 2009). Ainsi, ce moyen d'action (activité privée) est réinvesti lorsque le skieur rencontre une situation similaire (voir les études de cas d'ÉNA4H et ÉNC10F section 3.6.5.) ou poursuit le même désir.

Outre la valorisation des activités privées selon leur potentiel pragmatique face à une situation indéterminée, les skieurs valorisent certains activités privées parce qu'elles leur permettent d'atteindre leur modèle de performance idéale et/ou d'observer leurs progrès selon l'orientation qu'ils y donnent. En effet, l'être vivant considèrera comme valeur toute chose qui peut le faire croître (Macherey, 1998), devenant ainsi des valeurs « favorables à la vie » (Pimbé, 1997), c'est-à-dire à leur vie de skieur orientée vers l'atteinte de l'expertise.

Ensuite, selon le cadre théorique de l'énaction, l'individu valorise ce qui lui permet de conserver sa viabilité par rapport à son environnement (Di Paolo, 2005). En effet, la relation entre le vivant et son environnement est asymétrique puisque l'acteur régule son interaction avec l'environnement ; la régulation est opérée par l'organisme et pour lui (Di Paolo, 2005). Ainsi, l'individu est un agent puisqu'il « produit et spécifie son propre champ de problèmes et d'actions devant être résolus » (Varela, 2010, p. 110). Il s'engage ainsi dans le monde en y régulant activement ses échanges selon ses propres fins adaptatives pour assurer sa viabilité (Ruiz-Mirazo et Moreno,

2000). Pour conserver sa viabilité, il valorise et réceptionne ce qu'il rencontre (Varela, 2010), lui attribuant une valence qui se « réfère à la valeur et est chargée de valeur » (« *Valence is value-prone and value-laden* » (Varela et Depraz, 2004, p. 163), elle présente un signe exposant une valeur (« *a value sign* ») et s'exprime dans l'approchement/l'évitement de ce signe. L'expression de cette valeur représente une tendance pulsionnelle et motrice (« *tendency as pulsion and a motion* ») qui entraîne l'individu à agir (Varela et Depraz, 2004). D'ailleurs, la conception de la sensibilité à repose sur cette idée : un être sensible est un être qui fait la différence entre ce qui menace son intégrité physique, sa survie et son bien-être, et qui s'éloigne de ces conditions-là, et qui s'approche de ce qui favorise son intégrité physique, sa survie et son bien-être (...) ces différences de ressenti le conduisent à s'éloigner ou à s'approcher de ces conditions-là, ce qui caractérise l'activité motrice d'un être auto-animé (Ricard, 2014).

La présence d'une situation indéterminée, le bris d'habitudes, la recherche de dépassement de sa performance et la menace de sa viabilité sont des éléments de la relation entre l'individu et l'environnement qui incitent l'individu à agir. Ainsi, la majorité des skieurs peuvent valoriser une activité privée pour son aspect pragmatique, mais il est possible que cette valorisation soit également liée à leur identité de skieur de bosses :

> Une transaction, dans le sens technique de Dewey, se produit entre des systèmes (sous-systèmes) mutuellement spécifiques et co-déterminants. Dans ce cas, l'organisme et l'environnement sont co-déterminants à plusieurs égards. La structure du monde physique forme et contraint l'activité de l'organisme. Par ses interactions avec le monde, l'organisme s'ouvre ou énacte un environnement ou Umwelt, l'environnement saillant de l'organisme. L'organisme sensible doit prendre en compte les signaux que l'environnement offre, mais la signification de ces signaux dépend de la structure et des capacités de l'organisme. Et, bien sûr, l'activité des organismes modifie leur environnement, ce qui modifie en retour les contraintes environnementales auxquelles ils doivent faire face (...)

> Ainsi, le pragmatisme et l'énaction considèrent l'émergence de la dimension qualitative en des termes transactionnels et écologiques. Il est crucial de voir qu'une considération transactionnel du qualitatif doit également être une considération expérientielle aussi [Trad. libre][187] (MacKenzie, 2016, p. 30).

Dès lors, le monde dans lequel vit le vivant est issu d'une co-construction : il y a avènement conjoint d'un monde et d'un esprit à partir de l'histoire des diverses actions qu'il y accomplit (Varela et al., 1993). Le skieur évolue donc dans un monde propre qu'il crée par ses actions et ses réactions individuées aux contraintes de son environnement (ex. culture sportive spécifique et disponibilités des artefacts et de l'entourage social). Dès lors, au moment considéré, le skieur perçoit son monde selon sa sensibilité à. Les activités privées deviennent alors valorisées uniquement parce qu'un skieur particulier les perçoit et les valorise. Les objets de valeur ne lui sont pas donnés, ils deviennent « valeur » parce que celui-ci les perçoit ainsi (idée partagée par Dewey). Le skieur « énacte un monde signifiant à partir de ce qui, à des degrés variés, est bon et mauvais pour lui. Tout ce qui est rencontré est éprouvé comme plus ou moins important, pertinent, attirant ou repoussant, en fonction des normes et des valeurs produites au sein du processus par lequel l'organisme affirme son identité et régule ses interactions » (Récopé et Barbier, 2015).

Ainsi, le skieur est autonome dans la constitution de son monde orienté par sa sensibilité à et son modèle de performance idéale : il choisit, met en place et

---

[187] A transaction, in Dewey's technical sense, occurs between mutually specifying and co-determining (sub-) systems. In this case, organism and environment are co-determining in a number of respects. The structure of the physical world shapes and constrains the activity of the organism. Yet, through its interactions with the world, the organism carves out or enacts an environment or Umwelt, the salient surroundings of the organism. The sentient organism must take up the signals the environment affords, but the significance of these signals depends on the organism's own structure and capacities. And, of course, the activity of organisms changes their environment, which in turn changes the environmental constraints they must face (...) So the pragmatist-enactivist understands the emergence of the qualitative dimension in broadly transactional and ecological terms. Yet, it is crucial to see that a transactional account of the qualitative must also be an experiential account.

autorégule, consciemment ou inconsciemment, le déroulement de ses activités privées. Les skieurs sont autonomes, parce que les vivants constituent et maintiennent leur identité en générant eux-mêmes leurs propres fins et objectifs (Falaix et Récopé, sous presse). Enfin, ils sont des agents ayant une capacité de régulation normative de leurs interactions avec l'environnement (Di Paolo, 2005) leur permettant d'être qui ils sont (Barandiaran, Di Paolo et Rohde, 2009, p. 370) : « les agents apparaissent comme unifiés en eux-mêmes et ils ne dépendent pas, pour devenir qui ils sont, de leur utilité pour une entité externe ou encore de leur identité d'appartenance à une communauté d'autres agents » [Trad. libre][188].

3.12.2. Les valeurs expriment l'individualisation de la culture sportive spécifique du ski de bosses

Les *sensibilités à l'esthétisme appréciable des juges* et la construction d'un modèle de performance idéale réfèrent aux critères de jugements de la FIS (le temps de descente (vitesse) ; critères techniques du ski et des sauts) et la perspective d'évaluation des juges (appréciation affective et technique de l'exécution motrice). Ainsi, la sensibilité à et le modèle de performance idéale constituent une intégration individuée de la dimension universelle de la culture sportive spécifique du ski de bosses[189] et des normes exogènes du sens commun.

---

[188] Agents appear as unified in themselves and do not depend on their being useful for an external entity or accorded on their identity by a community of other agents in order to become what they are.

[189] Le ski de bosses est une culture sportive spécifique puisqu'il comprend une « combinaison spécifique de pratiques, de comportements, de rapport au corps et de systèmes de valeurs caractéristiques du groupe des pratiquants d'un sport donné » (Darbon, 2002, p. 4). Dans le cadre de notre étude, il s'agit de la culture sportive spécifique du ski de bosses au Québec (et au Canada sur l'ÉN). En effet, contrairement aux skieurs du Québec, les skieurs de la Colombie-Britannique et de l'Alberta peuvent skier à longueur d'année.

La dimension universelle de la culture sportive spécifique correspond à la présence de règles de jeu identiques d'un pays à l'autre, qui constituent « un moteur d'élaboration et de consolidation d'une culture sportive » (Darbon, 2002, p. 4). Ces règles investissent chaque pratique d'un ensemble de propriétés formelles qui lui sont spécifiques (Darbon, 2002). Dans le cas du ski de bosses, se sont les critères de jugement (Annexe B) et la vitesse qui constituent les fondements. Cette dimension universelle est incluse dans la norme d'activité valorisant l'esthétisme appréciable des juges du skieur ÉNA3H et elle est supportée par des étayages parentaux d'appréciation affective et technique de l'exécution motrice selon une perspective de juges (section 2.5.3.3.2.6. de la deuxième partie).

Les normes exogènes proviennent d'une instance extérieure à l'individu, telles des normes sociales, techniques, etc. (Récopé et al., 2014), qui sont présentes dans le sens commun (Dewey, 1938). Ces normes sont cependant interprétées par un sujet particulier (Schwartz, 2011), d'où la nécessité de porter une attention individuée sur les entretiens : l'individu ne se soumet pas aux normes exogènes, comme si elles le dirigeaient, il les incorpore et créée ainsi ses normes endogènes (Récopé et al., 2014). Ce processus d'incorporation des normes exogènes sociales est celui de la *normalisation*, qui suggère une manière d'être socialement instituée et acceptée par le sujet (Le Blanc, 2002).

Justement, s'adonner à des activités privées fait partie de la culture sportive spécifique du ski de bosses au Canada et au Québec et la normalisation entraîne les skieurs à mener certaines activités privées communes (ex. la "Pratique délibérée – Cours de trampoline" est fortement encouragée pour préparer le skieur à qualifier ses sauts inversés sur la rampe d'eau) (voir le chapitre sur le ski de bosses p. 21).

Enfin, les skieurs de bosses valorisent un modèle de performance idéale prenant naissance dans l'observation de modèles d'exécution provenant du circuit de la Coupe du monde de ski de bosses. Ainsi, les techniques du ski et des sauts observées reposent sur la dimension contextuelle de la culture sportive spécifique, par leur inscription dans un contexte socioculturel et temporel, puisque « les cultures sportives changent au cours du temps » (Darbon, 2002, p. 6). Le choix de l'activité privée à mener relève donc à la fois de l'entourage social (ex. prescriptions de pratiques délibérées par l'entraîneur) et du skieur lui-même.

3.12.3. Les valeurs créent des normes endogènes constitutives des sensibilités à et des modèles de performance idéale des skieurs

Selon Canguilhem (Macherey, 2001), la vie est caractérisée par des normes à travers lesquelles le vivant affirme son identité en posant ses valeurs. Ainsi, le skieur affirme ses valeurs au sein de la culture sportive spécifique du ski de bosses, l'une d'elles devenant sa norme prévalente. Les sensibilités à dégagées et la valorisation de qualités (ex. jambes collées, défonce les bosses, absorption, ligne de ski, etc.) fondatrices du modèle de performance idéale correspondent aux valeurs constitutives des normes endogènes de ces skieurs. Elles correspondent aux préférences (Canguilhem, 2007) d'un skieur particulier et elles revêtent une fonction de régulation du comportement de l'individu (Canguilhem, 2007). Ces préférences reflètent la normalité pour un individu, son allure de vie qui correspond à « un ensemble de réactions privilégiées dans lequel le vivant répond le mieux aux exigences de son ambiance, vit en harmonie avec son milieu, celle qui comporte le plus d'ordre et de stabilité » (Canguilhem, 2007, p. 121).

La normalité du skieur de bosses se traduit dans sa sensibilité à et dans son modèle de performance idéale (Tableau 3.6).

Tableau 3.6. Comparatif des normalités selon les skieurs et la sensibilité à/modèle de performance idéale

Sensibilités à	La normalité pour le skieur ÉNA1H :	ressentir l'avènement de signaux proprioceptifs indicateurs de réussite
	La normalité pour le skieur ÉNA3H :	valoriser l'excellence en étant excellent et en émulant les meilleurs
	La normalité pour le skieur ÉNB6H :	valoriser les signaux proprioceptifs indicateurs de réussite référés à l'esthétisme parfait et appréciables par les juges
	La normalité pour la skieuse ÉNC9F :	se sentir confiante dans sa pratique du ski de bosses
Modèle de performance idéale	La normalité chez le skieur ÉNC7H :	avoir une représentation claire et précise des techniques du ski et des sauts qu'il doit maîtriser pour atteindre une performance idéale
	La normalité chez le skieur ÉNA2H :	skier et sauter en respectant le style idéal qu'il souhaite atteindre

Ces normalités propres à ces skieurs orientent leur pratique du ski de bosses, le choix, la mise en place et le déroulement de leurs activités privées. Elles orientent également le regard qu'ils portent sur leur ressenti proprioceptif, sur leur propre performance et sur celles des autres skieurs de bosses. En effet, les objets de valeurs individués, c'est-à-dire l'objet de leur sensibilité, structurent « la perspective portée sur le monde, et les normes correspondantes dirigent l'activité au sein de ce monde, assurant ainsi une régularité de nos manières de nous orienter et d'interagir avec les autres objets, événements ou personnes » (Falaix et Récopé, sous presse).

La normalité du skieur évolue au cours du temps par sa progression technique, par l'évolution du sport (normes exogènes) et par de nouvelles valorisations. Le modèle de performance idéale est une norme prévalente qui change au cours du temps (ex. le modèle de performance idéale du skieur ÉNC7H évolue au même rythme que le développement de ses connaissances techniques acquises lors de ses passages sur les différentes équipes de ski de bosses). La norme est donc évolutive et mouvante. Être normal, selon Macherey (1998), c'est pouvoir faire bouger ses normes en étant ou en

se rendant normal, ce n'est plus vouloir une conservation de l'identique, mais plutôt le développement d'une identité « qui se construit dans l'élément de la différence, en se transformant, en améliorant ses performances » (Macherey, 2001).

Enfin, être hors de sa normalité (mauvaise sensation, doutes envers ses compétences, mauvais résultats, erreurs d'exécution, etc.) constitue un obstacle à la performance chez ces skieurs. En effet, être hors de sa normalité, c'est être anormal, c'est vivre son antivaleur (Canguilhem, 2007), c'est-à-dire le contraire de l'objet de valeur de leur sensibilité à ou de leur modèle de performance idéale. Ainsi, « toute préférence d'un ordre possible s'accompagne, le plus souvent implicitement, de l'aversion de l'ordre inverse possible. Le différent du préférable, dans un domaine donné, n'est pas l'indifférent, mais le repoussant, ou plus exactement le repoussé, le détestable » (Canguilhem, 2007, p. 178). Lorsque le skieur ressent une aversion envers ce qu'il voit ou ce qu'il sent, il réalise des activités privées lui permettant de retrouver ou d'atteindre sa normalité ou ses habitudes chez Dewey (Garrison, 1999). La norme « fixe un cadre à l'agir » (Durrive, 2010, p. 28), c'est-à-dire ce qu'elle dicte ce que doit faire le skieur lors de l'activité privée (section 3.6.5.).

3.12.4. La sensibilité à et le modèle de performance idéale structurent et orientent les activités privées

Selon Récopé (Falaix et Récopé, sous presse), la sensibilité à est le sens structurant de l'activité puisqu'elle est une orientation d'ensemble organisant le comportement d'ensemble et la situation d'ensemble à partir d'une norme prévalente. Contrairement à ses travaux – qui reposent sur l'observation lors de matchs et d'entretiens d'autoconfrontation avec les joueurs participants –, nous avons, au moyen d'entretiens rétrospectifs, cherché à savoir si et, le cas échéant, comment la sensibilité à oriente l'ensemble des activités privées menées par un skieur, et ce, tout au long de sa

carrière. Les résultats montrent que l'activité privée et l'étayage l'accompagnant sont articulés de manière à respecter le « *sens structurant* » de la sensibilité à du skieur. En effet, la *sensibilité à l'avènement de signaux proprioceptifs indicateurs de réussite* d'ÉNA1H oriente le choix de ses activités privées, régulièrement motrices, l'autorégulation de celles-ci par la proprioception, son regard lors du visionnement de vidéos et la nature du discours de l'entraîneur (leurs échanges portent sur les sensations et non sur la biomécanique, Annexe J). Ensuite, la *sensibilité à l'excellence* et la norme d'activité d'*esthétisme parfait et appréciable des juges* d'ÉNA3H orientent le choix de ses activités privées (Laurin-Landry et al., 2013), l'autorégulation de celles-ci, son regard lors du visionnement de vidéos et la réalisation parfaite de mouvements. Ensuite, la *sensibilité aux signaux proprioceptifs indicateurs de réussite référés à l'esthétisme parfait et appréciable par les juges* d'ÉNB6H oriente tout particulièrement son regard lorsqu'il s'observe sur vidéos, combinant ainsi ses deux normes d'activité pour identifier la sensation indicatrice d'une exécution réussie et appréciable par les juges. Sa *sensibilité aux signaux proprioceptifs indicateurs de réussite référés à l'esthétisme parfait et appréciable par les juges* se démarque de celle d'ÉNA1H parce qu'elle comprend le regard des juges et sa norme d'activité d'*esthétisme appréciable par les juges* diffère de celle d'ÉNA3H puisqu'elle comprend la composante proprioceptive. Enfin, la *sensibilité à se sentir confiante* d'ÉNC9F oriente le choix de ses activités privées, le besoin d'être étayée et la qualité de la relation entre l'entraîneur et l'athlète.

La sensibilité à porte « l'individu vers un objet (matériel, événementiel, idéel ou idéal) connu selon sa valeur, ses qualités, et sa pertinence pour la vie personnelle » (Falaix et Récopé, sous presse). Ce sens structurant, correspond au « *sense-making* » dans le cadre théorique de l'énaction : « un agent interagissant avec le monde sur un mode engagé, non indifférent, c'est-à-dire que les choses du monde comptent pour cette personne » (Di Paolo, 2014, p. 12). L'activité de l'individu est

une activité d'exploration et de constitution de sens qui se produit dans une combinaison de l'affect et de la cognition (Di Paolo, 2014), qui sont tous deux présents lors des activités privées. Cette idée de création de sens, dans l'interaction entre l'individu et son monde, renforce la proposition que les activités privées choisies, conduites et évoquées par les skieurs sont créatrices de sens puisque le sens est le résultat et la condition de l'existence de l'activité (Conquet et Devaluez, 1986).

Enfin, le modèle de performance idéale d'ÉNA2H repose sur la valorisation d'exécution technique et de style. La présence de ce modèle oriente les activités privées de ce skieur puisqu'il sollicite une rétroaction visuelle lors de ses activités privées (coéquipiers qui filment, coéquipiers qui étayent ses activités privées) et/ou ses activités privées réflexives constituent une rétroaction visuelle de son entraînement et ses compétitions en milieu institutionnel. Il observe uniquement les skieurs présentant un style auquel il aspire. Selon nous, le modèle de performance idéale représente une finalité intrinsèque qui oriente le déroulement des activités privées menées afin que les bénéfices en découlant permettent la réalisation de cette performance idéale. Il est également possible que le modèle de performance idéale offre lui aussi un sens structurant des activités privées menées puisqu'il est possiblement intimement lié à la sensibilité à du skieur. Cette hypothèse ne peut être confirmée avec certitude puisque le contenu des entretiens ne permet pas d'étudier la relation entre le modèle de performance idéale et la sensibilité à. Le modèle de performance idéale est un résultat ayant émergé des entretiens a posteriori et donc, les moyens méthodologiques permettant d'étudier la relation entre ce modèle et la sensibilité à n'ont pas été conduits au cours des entretiens.

3.13. Conclusion

Cette troisième partie de la thèse avait pour enjeu d'étudier la contribution du skieur dans le choix des activités privées menées en redéfinissant l'axe de valeur personnelle proposé par Côté (Côté et al., 2013) et en conceptualisant le processus menant le skieur à choisir une activité privée. En effet, Côté (Côté et al., 2013, 2014) suggère que l'axe de valeur personnelle sous-tend possiblement le choix de mener une pratique ou un jeu : l'athlète mènerait des pratiques lorsqu'il veut améliorer sa performance et il jouerait lorsqu'il veut avoir du plaisir. Or, nous avons amendé l'axe de valeur personnelle dans la première partie de la thèse puisque jouer ne procure pas nécessairement du plaisir ; c'est la satisfaction des buts pour lesquels l'enfant joue qui procure le plaisir (Vygotsky, 1933). De plus, « la valeur du plaisir associé à un objet comme fin atteinte est la valeur de quelque chose qui, en tant que fin, ou produit, se trouve relié aux moyens dont il est la conséquence. Dès lors, si l'objet en question est valorisé comme une fin ou valeur « finale », il est évalué *dans cette relation* ou comme médiatisé » (Dewey, 2008, p. 224). Ainsi, une nouvelle conceptualisation de la valeur personnelle et du processus menant au choix de l'activité privée à mener était nécessaire. Selon nous, la valeur personnelle et le processus menant au choix reposaient sur la délibération et sur la valorisation d'activités privées particulières par le skieur. Pour ce faire, nous avons étudié le processus délibératif et de valorisation au moyen de deux regards méthodologiques.

Dans un premier temps, nous avons étudié le processus délibératif et de valorisation sans distinguer leur appartenance à un skieur donné. Deux cadres théoriques ont été sollicités pour analyser et interpréter ces processus : la conceptualisation aristotélicienne de l'action volontaire et la théorie de l'enquête de Dewey (1938). L'utilisation de la conceptualisation aristotélicienne de l'action volontaire a permis de rendre compte d'une variété de désirs à l'origine du processus menant le skieur à

choisir l'activité privée menée. Ce faisant, il est possible d'affirmer que le skieur contribue au choix de ses activités privées puisqu'il conduit une action volontaire, et ce, peu importe les catégories d'activités privées. D'autre part, la présence de mêmes désirs évoqués par plus d'un skieur reflète l'intériorisation des normes de cette culture sportive spécifique.

À la différence du cadre théorique d'Aristote, le cadre théorique de l'enquête de Dewey (1938) permet de rendre compte de l'interaction entre le skieur et son environnement, en isolant l'enquête à des situations spécifiques. Cette différence est critique puisque les activités privées évoquées en entretien sont des situations spatio-temporelles précises (la deuxième partie de la thèse démontre d'ailleurs la relation entre la disponibilité des ressources environnementales soutenant le choix de l'activité privée). En effet, des situations indéterminées peuvent être à l'origine du processus menant le skieur à conduire une activité privée. De plus, parmi les désirs identifiés selon la définition d'Aristote, certains comportent une fin-en-vue, c'est-à-dire la situation future désirée et déterminée (Dewey, 1938), qui oriente les plans d'action devant être accomplis pour réaliser cette fin, c'est-à-dire l'activité privée à conduire. La sélection des moyens (activité privée) pour satisfaire les désirs et rendre la situation déterminée repose sur l'enquête/délibération et le jugement pratique et le jugement de valeur. Malheureusement, notre méthodologie d'entretien n'a pu rendre compte du processus délibératif menant au choix de l'activité privée puisque la comparaison des activités privées pouvant être conduites n'était pas évoquée. Cette limite constitue donc une avenue de recherche future pour étudier le processus délibératif menant un athlète à conduire des activités privées contributives au développement de son expertise.

Le processus de valorisation a pu être étudié au moyen du jugement pratique et du jugement de valeur. Ces jugements portent le skieur à choisir et à valoriser le moyen

lui permettant d'atteindre sa fin-en-vue. Cette articulation entre jugements et fin-en-vue oriente le choix de l'activité, c'est-à-dire ce qui est fait et ce qui est observé. L'observation des bénéfices retirés au cours de l'activité privée permet au skieur d'évaluer la satisfaction du changement de conduite, notamment selon le succès rencontré, la résolution du problème pour lequel le moyen a été conçu et l'acceptabilité des conséquences (Anderson, 2014). Advenant que la solution valorisée lors du jugement ne résolve pas la situation indéterminée, l'individu doit réviser sa compréhension (étape deux : l'institution du problème) de la problématique[190] (Anderson, 2014). Cette re-problématisation a été observée dans deux entretiens : deux skieurs ont modifié l'artefact ou son utilisation lors de leur activité privée puisque le trampoline et la grandeur des skis ne leur permettaient pas l'atteinte d'une hauteur suffisante pour réaliser leurs sauts (fin-en-vue). Ces résultats démontrent l'importance de l'articulation du jugement de valeur et de la fin-en-vue du skieur dans le choix de son activité privée, mais également dans sa mise en place et son déroulement.

Les analyses des entretiens ont également fait émerger que le visionnement de vidéos des autres offre un support au skieur pour conduire une enquête déterminant le moyen à mettre en place pour corriger sa difficulté technique (désir, situation indéterminée et fin-en-vue), c'est-à-dire pour rendre déterminée la situation actuellement indéterminée. Ce résultat inattendu est critique puisqu'il offre une explication de la contribution des activités privées à l'acquisition de l'expertise : les individus apprennent en résolvant les problèmes et c'est la résolution des problèmes qui permet le développement de connaissances (Pepin, 2016; Westbrook, 1999).

---

[190] « For example, the failure of a course of therapy may lead a doctor to reconsider the original diagnosis » (Anderson, 2014).

Enfin, les deux tiers des désirs évoqués par les skieurs sont associés à un seul skieur particulier. Ce constat indique donc que le désir est intrinsèquement lié au skieur qui l'évoque et ce sont ces désirs qui déclenchent probablement le processus de valorisation menant au choix de l'activité privée. Afin de comprendre cette relation, une deuxième perspective méthodologique a été employée.

Dans un deuxième temps, nous avons étudié le processus de valorisation menant au choix de l'activité privée en considérant son appartenance à un skieur donné. Nous avons employé un cadre théorique phénoménologique et énactif de la valorisation par la considération du skieur comme un organisme vivant qui interagit avec son environnement selon sa perspective identitaire propre et selon sa sensibilité à (Récopé et al., 2014). Quatre sensibilités à de quatre skieurs différents ont été identifiées : la *sensibilité à l'avènement de signaux proprioceptifs indicateurs de réussite* (ÉNA1H), la *sensibilité à l'excellence* (ÉNA3H), la *sensibilité à l'avènement de signaux proprioceptifs indicateurs de réussite et d'esthétisme appréciable des juges* (ÉNB6H) et la *sensibilité à se sentir confiante* (ÉNC9F). Chacune de ces sensibilités à détermine le mode de perception du skieur, sa manière de s'orienter et d'interagir avec les autres objets, événements ou personnes (Varela et al., 1993), le menant à choisir des activités privées et des étayages répondant à sa sensibilité à et lui permettant de développer son expertise et son talent. Ainsi, les sensibilités à de ces skieurs de bosses offrent un sens structurant, c'est-à-dire une attribution de sens qui oriente les désirs, les fins-en-vue, le choix des activités privées, l'étayage reçu et les conséquences recherchées, et ce, tout au long de sa carrière. Cette création de sens est propre aux pratiquants de ski de bosses qu'ils sont et celle-ci permet la création de système instrumental où les activités privées s'enrichissent mutuellement par leur orientation vers une même sensibilité à. La mise en évidence du rôle de la sensibilité à dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées constitue une

innovation théorique dans le champ d'étude du développement de l'expertise et du talent.

À ce cadre théorique phénoménologique et énactif, nous avons ajouté une analyse inductive du modèle de performance idéale puisque la construction de celui-ci repose sur la valorisation d'habiletés techniques et de style orientant le choix des activités privées d'un skieur donné. La présentation du modèle de performance idéale de deux skieurs indique une valorisation d'habiletés techniques particulièrement critiques à la performance pour chacun d'entre eux et devant être maîtrisées. Le modèle de performance idéale représente donc une finalité intrinsèque qui oriente le déroulement des activités privées menées afin que les bénéfices en découlant permettent la réalisation de cette performance idéale. De même, l'identification des habiletés techniques valorisées pour atteindre la performance idéale oriente le choix des activités privées.

En conclusion, l'axe de valeur personnelle proposé par Côté (Côté et al., 2013) ne rend pas compte de la richesse et du rôle critique que jouent les valeurs dans le choix des activités privées menées par des athlètes experts et prometteurs. En effet, le choix de l'activité privée est orienté à la fois par des valeurs en soi (Dewey, 2014), constitutives de la sensibilité à (Récopé, 2015), mais également par des valeurs relatives (Dewey, 2014), dépendantes de la fin-en-vue à atteindre selon la situation indéterminée rencontrée. De plus, ces valeurs sont dirigées vers la finalité recherchée par le skieur, c'est-à-dire la réalisation de son modèle de performance idéale lui permettant de devenir champion (finalité instrumentale) et/ou la réalisation de sa sensibilité à (finalité intrinsèque). L'utilisation d'un axe constitue donc une configuration insuffisante pour saisir la dynamique et la complexité du rôle des valeurs dans le choix des activités privées et leur inscription chez un individu particulier.

3.13.1. Ouverture vers la quatrième partie

Selon le cadre théorique de l'enquête de Dewey (1938), les moyens valorisés sont ceux permettant l'atteinte de la fin-en-vue et la création d'une situation déterminée. La présence d'une valorisation d'un moyen crée des conséquences attendues qui sont celles valorisées ou appréciées (Anderson, 2014). L'adéquation entre la situation indéterminée, la fin-en-vue, le jugement pratique et le jugement de valeur et la création d'une situation déterminée n'a pas été étudiée dans cette troisième partie de la thèse. L'absence de ce résultat est problématique puisque certaines activités privées sont menées tout au long de la carrière. Les individus peuvent se diriger vers des fins-en-vue similaires et/ou conduire des opérations similaires lorsqu'ils rencontrent des situations indéterminées possédant des caractéristiques semblables à des situations indéterminées rencontrées précédemment (Dewey, 1938). De même, certaines méthodes d'enquête persistent dans le temps puisqu'elles démontrent leurs bénéfices en transformant la situation indéterminée en situation déterminée (Dewey, 1938) : elles permettent de surmonter les obstacles, d'enlever la confusion, de résoudre les conflits et de satisfaire les besoins (Anderson, 2014). Si le plan d'action retracé au cours de l'enquête s'avère un succès, la croyance hypothétique de réussite permet l'émergence de nouvelles habitudes (Frega, 2010).

Nous supposons que la résolution d'une situation indéterminée par une activité privée engendre un réinvestissement de cette activité privée, et c'est pourquoi celle-ci est maintenue tout au long de la carrière sportive. Cette proposition est d'ailleurs soutenue par les deux skieurs qui réinvestissement la "Pratique spontanée réflexive – Vidéos des autres" lorsqu'ils font l'expérience de difficulté d'exécution sur la piste et qu'ils souhaitent résoudre cette difficulté (section 3.6.5.).

Ainsi, nous faisons l'hypothèse que les conséquences[191] retirées des activités privées – étant celles contributives au développement de l'expertise et du talent en ski de bosses – relèvent de la valorisation du moyen permettant l'atteinte du désir et de la fin-en-vue qu'ont les skieurs. L'identification de ces bénéfices et leur contribution au développement de l'expertise constituent donc l'enjeu de la quatrième partie de la thèse.

---

[191] « Outcomes, then, are those sorts of actual terminations which function as confirmers or disconfirmers of an end-in-view (...) Outcomes serve either to establish the attainability or unattainability of the end in view in part or in whole, at least by the means used. if the latter, unattainability, is the case, then the end-in-view must be rejected in part or in whole or new means found » (Gotesky, 1963, p. 90).

PARTIE 4

LA CONTRIBUTION DES ACTIVITÉS PRIVÉES AU DÉVELOPPEMENT DE L'EXPERTISE ET DU TALENT EN SKI DE BOSSES : BÉNÉFICES PERÇUS PAR LES SKIEURS

Si je n'avais pas fait du ski un petit peu à tous les soirs, si je n'avais pas fait du trampoline à tous les jours dans ma cour, ben c'est sûr que (...) je n'aurais pas développé le même skieur que j'ai développé (190).

ÉNA2H – À propos de l'importance des activités privées dans le développement de son expertise et de son talent

4.1. Introduction

L'étude du développement de l'expertise et du talent des skieurs de bosses canadiens avait pour origine des enjeux scientifiques et pratiques : enrichir la littérature scientifique sur la discipline du ski de bosses, selon une perspective psychologique et selon une perspective des sciences et techniques des activités physiques et sportives (STAPS) et sur le développement de l'expertise et du talent ; déterminer comment les skieurs de bosses ont outrepassé le sous-financement du gouvernement canadien dans la détection et le développement du talent ; rendre compte de la partie invisible des heures consacrées au sport – c'est-à-dire sans la présence d'un entraîneur du milieu institutionnel – par les skieurs de bosses.

Nous avons proposé le concept d'*Activité privée* non seulement pour enrichir les connaissances scientifiques, mais aussi pour rendre compte de la prise en charge, par les skieurs de bosses experts et prometteurs, du développement de leur expertise et de leur talent. Cette proposition a suscité les deux questions de recherche suivantes : *Quelles activités privées des skieurs/skieuses de bosses expert(e)s et prometteur(e)s*

ont-ils menées au cours de leur carrière sportive ? ; Comment celles-ci ont-elles contribué, selon eux/elles, au développement de leur expertise et de leur talent ?

Afin de répondre à ces questions, nous avons rompu, dans les trois parties précédentes de la thèse, avec le courant actuel de la recherche sur le développement de l'expertise et du talent en psychologie du sport. Nous avons adopté une démarche ethnographique ayant permis d'étudier et de rapporter le point de vue des athlètes sur leurs activités privées. En effet, les skieurs ont été invités à évoquer, en entretien, les activités privées qui, selon eux, ont contribué au développement de leur expertise et de leur talent en ski de bosses. De cette manière, ils évoquaient uniquement des activités privées reliées au ski de bosses et non à tous les autres sports et/ou loisirs. Ainsi, par cette instruction formulée explicitement[192] aux skieurs, la contribution des activités privées évoquées dans le développement de leur expertise et leur talent peut être considérée comme acquise. Toutefois, se limiter à cette affirmation ne rend ni compte de la manière dont les activités privées ont contribué au développement de l'expertise et du talent, ni des habiletés critiques qu'elles ont développées (Ericsson et al., 1993). Pour Ericsson (Ericsson et al., 1993), la notion de « critique » correspond aux habiletés qui permettent la performance experte, c'est-à-dire celles qui lui sont favorables[193].

La première partie de la thèse révèle que les skieurs de bosses experts et prometteurs ont mené au cours de leur carrière une variété de catégories d'activités privées, dont

---

[192] Les entretiens ont été précédés d'une présentation d'un formulaire de consentement qui contient le but de la recherche (annexe F), c'est-à-dire l'étude du développement de leur expertise et de leur talent au moyen des activités privées qu'ils ont conduites au cours de leur carrière sportive.

[193] Selon le CNRTL, « critique » signifie « qui implique des suites de grande importance, dans un sens favorable ou défavorable ». Critique [s.d.] dans *Centre National de ressources textuelles et lexicales*. Récupéré le 18 juin 2017 de http://www.cnrtl.fr/definition/critique). Ainsi, la possession de ces habiletés est favorable à l'acquisition de l'expertise et la non possession de celles-ci lui est défavorable.

la pratique délibérée (motrice et réflexive), la pratique spontanée (motrice et réflexive), le jeu délibéré, le jeu de règles, le jeu symbolique et le jeu d'exercice. Par cette catégorisation, nous pouvons inférer que les skieurs de bosses ont amélioré des aspects critiques de leur performance motrice et de leur représentation mentale (Ericsson et al., 1993) ; ils ont pratiqué des habiletés spécifiques, mais non critiques (pratique spontanée) (Côté et al., 2013) ; ils ont développé, par apprentissage implicite[194], des habiletés physiques (jeu délibéré) (Côté et al., 2013). De plus, les jeux de règles, les jeux symboliques et les jeux d'exercice ont soutenu le développement cognitif et moteur (Piaget, 1945) des skieurs. Par leur évocation, les catégories d'activités privées "Autres" apparaissent contributives au développement de l'expertise et du talent.

Cette catégorisation des activités privées rend « visible » les activités menées dans la sphère privée (« invisible »). Cependant, cette catégorisation scientifique des activités privées ne rend pas compte de la spécificité de ces pratiques et de ces jeux à la culture sportive spécifique du ski de bosses, c'est-à-dire la concordance entre les pratiques, les jeux et les habiletés requises (préambule sur le ski de bosses) pour offrir une performance experte/talentueuse en ski de bosses.

Pour ces raisons et, parce que nous étudions en profondeur une culture sportive spécifique (Darbon, 2002), nous avons joint le nom de l'artefact employé dans les catégories de pratiques et les catégories de jeux évoqués par les skieurs de bosses (ex. "Pratique délibérée – Rampe d'eau"). L'ajout de l'artefact permet un premier niveau de spécification de l'apport de ces pratiques et de ces jeux dans le développement de

---

[194] « L'apprentissage explicite correspond à la manière consciente dont nous apprenons les compétences nécessaires à la réalisation d'une action ou lors de la pratique d'un sport grâce à des consignes explicites sur la posture, la position du bras, etc. Au contraire, l'apprentissage implicite doit être induit de sorte que l'apprenant exécute le mouvement (l'habileté) sans réfléchir consciemment à la technique » (Bourrelier, 2016, p. 82).

l'expertise et du talent en ski de bosses (ex. ne pouvant exécuter de virage sur la rampe d'eau, la "Pratique délibérée – Rampe d'eau" met nécessairement en jeu des habiletés de sauts). Cette spécification n'est toutefois pas suffisante pour comprendre la manière dont les activités privées ont contribué à la « démonstration anormalement élevée d'un niveau de compétence, d'accomplissements ou d'habiletés » (Bloom, 1985a, p. 5).

La deuxième partie de la thèse montre que la contribution des activités privées au développement de l'expertise et du talent en ski de bosses est tout d'abord dépendante de certaines conditions socioéconomiques et géographiques, mais aussi de la disponibilité des artefacts et de l'entourage social (entraîneurs, parents, fratrie et coéquipiers). En l'absence de ces ressources, de ces artefacts et/ou de l'entourage social, les activités privées ne peuvent être menées, amenuisant ainsi les possibilités de devenir un skieur de bosses expert et talentueux.

Dans le cas où les artefacts sont disponibles, les skieurs de bosses s'en saisissent pour mener leurs activités privées. Dans le cas où l'entourage social du skieur est disponible, celui-ci crée des artefacts (ex. vidéos) et/ou il étaye leur activité privée. Ces étayages offerts par l'entraîneur, les parents, le frère/la sœur et/ou le(s) coéquipier(s) sont contributifs au développement de l'expertise et du talent des skieurs de bosses puisqu'ils soutiennent l'activité de l'enfant (Bruner, 1983a) permettant l'apprentissage (Bloom, 1985a) et le dépassement du niveau de développement actuel du skieur au sein de la zone proximale de développement (ZPD) (Vygotsky, 1978). Parmi les catégories d'étayages identifiées, seulement trois catégories sont indicatrices des habiletés étayées : l'étayage d'application du curriculum d'acquisition d'habiletés (habiletés au cœur des programmes d'entraînement des équipes de bosses), l'étayage d'appréciation affective et technique (de la technique de ski ou de saut) et l'étayage d'exécution motrice sécuritaire

(seulement les habiletés en saut sont porteuses de risque de blessure grave, telle la paralysie[195]). Ces catégories d'étayage ne sont pas suffisantes pour expliquer comment ces activités privées ont permis aux skieurs de bosses d'offrir des performances supérieures et constantes (Ericsson et Charness, 1994).

La deuxième partie a également révélé que certains skieurs de bosses autorégulent leurs activités privées selon quatre moyens (section 2.5.4.). Un de ces moyens d'autorégulation porte sur des aspects constitutifs de la pratique du ski de bosses – esthétisme, qui est évalué par les juges en compétition – et un autre sur des aspects non reconnus à ce jour : les ressentis corporels.

Ces résultats de la deuxième partie apportent ainsi un second niveau de spécification des apports des activités privées (et des étayages) dans le développement de l'expertise et du talent en ski de bosses.

En présentant la contribution du skieur dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées, la troisième partie propose une première analyse de la manière dont les activités privées ont contribué, selon les skieurs, au développement de leur expertise et de leur talent.

Tout d'abord, l'identification des désirs à l'origine des activités privées permet de comprendre ce qui initie le processus menant au choix de l'activité privée. Les activités privées évoquées relèvent de désirs orientés vers les habiletés techniques de ski et des sauts, les enjeux sociaux, la performance globale, l'expérience affective, la condition physique, l'observation d'un modèle d'exécution motrice, la résolution de

---

[195] Très peu de blessures graves sont recensées en ski de bosses, excepté la fracture de deux vertèbres du dos ayant entraîné une paralysie des jambes de la médaillée olympique Sandra Laoura. Cet accident s'est produit à l'atterrissage d'un backflip.

problèmes, l'institution, la préparation mentale, la préparation à la performance, le dépassement du niveau de performance d'un autre skieur et la construction de sauts enneigés. De plus, certains de ces désirs contiennent une fin-en-vue (Dewey, 1938) souhaitée par le skieur (ex. vouloir discuter avec sa sœur pour améliorer sa ligne de ski). Cette catégorisation des désirs permet donc déjà une anticipation des habiletés impliquées et modifiées par les activités privées : les habiletés techniques de ski et des sauts, la performance globale, la condition physique, la préparation mentale et la préparation à la performance. Néanmoins, les conséquences des activités privées n'ont pas été rapportées, ni associées aux désirs dans la troisième partie.

Lorsque certains skieurs de bosses souhaitent résoudre des difficultés éprouvées sur la piste (désir), ils choisissent de visionner une vidéo des autres ("Pratique spontanée – Vidéos des autres"). Le choix de cette activité privée repose sur l'attribution de conséquences hypothétiques favorables à l'identification des changements techniques à réaliser pour résoudre leur difficulté. Ainsi, l'apport des activités privées dans le développement de l'expertise et du talent en ski de bosses est intimement lié aux conséquences pouvant en être retirées. Toutefois, celles-ci n'ont pas fait l'objet d'une investigation dans la troisième partie de la thèse.

Les activités privées menées et évoquées par les skieurs sont également liées à leur sensibilité à, qui oriente le choix des activités privées et des étayeurs permettant au skieur de développer, de manière délibérée ou non, son expertise et son talent. Par exemple, la *sensibilité à l'excellence* et la norme d'activité d'*esthétisme parfait et appréciable des juges* d'ÉNA3H ont eu pour conséquence des modifications de son exécution motrice, à des fins de réalisation parfaite et esthétique (Laurin-Landry,et al., 2013). Bien qu'un lien indéniable existe entre la sensibilité à d'un skieur et les activités privées qu'il a réalisées, c'est-à-dire ce qui le caractérise et le distingue des autres skieurs, l'étude de l'expertise nécessite un dévoilement des habiletés possédées

par l'expert. En effet, le skieur ÉNA3H, étant parmi les trois meilleurs de notre étude, possède des habiletés lui permettant d'atteindre l'excellence et celles-ci sont possiblement critiques à l'atteinte d'une performance experte et talentueuse en ski de bosses. De ce fait, pour devenir champion olympique, les skieurs doivent être en mesure d'égaler ou de dépasser le niveau de performance du skieur le plus expert. Par exemple, si le skieur le plus expert exécute un backflip avec deux vrilles et un saut désaxé avec trois vrilles, le skieur désirant le dépasser doit, au minimum, être en mesure d'exécuter ces sauts ou d'autres sauts possédant un coefficient de difficulté plus élevé. Certaines habiletés doivent donc être maîtrisées pour devenir un skieur de bosses expert et talentueux. Révéler les habiletés retirées des activités privées constituerait un apport pour le milieu sportif.

La troisième partie révèle aussi une valorisation d'éléments techniques et esthétiques ayant permis la construction d'un modèle de performance idéale qui oriente à la fois le regard des skieurs lors de leur visionnement de vidéos et le choix des activités privées à mener. Ce résultat indique l'importance des habiletés techniques et de l'esthétisme dans les activités privées. Toutefois, les conséquences techniques et esthétiques découlant des activités privées ne sont pas précisées.

En somme, l'agencement des résultats de ces trois parties de la thèse nous amène à conclure que les activités privées contribuent au développement de l'expertise et du talent par la cohérence entre les désirs (et les fins-en-vue), les catégories d'activités privées choisies, les artefacts, les catégories d'étayage, la sensibilité à et le modèle de performance idéale du skieur. Bien que cette conclusion apparaisse suffisante pour comprendre comment les activités privées contribuent au développement de l'expertise et du talent en ski de bosses, les conséquences retirées de la conduite des activités privées restent à être spécifiées, tout comme leur articulation aux désirs à l'origine des activités privées. De plus, étant donné la présence de deux enjeux

sportifs et de l'ambition d'offrir une typification des manières dont les skieurs ont développé leur expertise, cette quatrième partie de la thèse identifiera les conséquences retirées des activités privées, justifiée par les cinq arguments suivants.

4.1.1. L'atteinte du statut d'expert et de talentueux repose sur la possession d'habiletés critiques à la performance

L'atteinte de l'expertise repose sur la maîtrise des habiletés critiques à la performance et sur la possession de connaissances et de techniques existantes d'un domaine (Ericsson et al., 1993) et celle-ci (expertise) se concrétise dans des performances supérieures et constantes sur des tâches représentatives du domaine (médailles lors des compétitions de ski de bosses) (Ericsson et Charness, 1994). Le talent est la résultante d'un développement entraînant « la maîtrise systématique d'habiletés développées et de savoirs d'un domaine qui place l'individu dans les 10% meilleurs du domaine » (Gagné, 2000, p. 67) et l'individu talentueux est reconnaissable par la « démonstration anormalement élevée d'un niveau de compétence, d'accomplissements ou d'habiletés dans un domaine particulier » (Bloom, 1985a, p. 5). Ainsi, l'atteinte du statut d'expert et de talentueux repose sur la possession d'habiletés critiques à la performance et, étant donné la quasi-inexistence de recherches sur le ski de bosses, les habiletés permettant la performance experte et talentueuse dans ce sport doivent être révélées.

4.1.2. La performance experte repose sur les habiletés techniques, stratégiques, physiques et mentales

Selon la littérature en psychologie du sport clinique, l'atteinte d'une performance experte en sport repose sur le développement d'habiletés techniques, stratégiques,

physiques et mentales (Crocker, 2016; Halliwell et al., 2006). La présence de pratiques et de jeux portant sur la condition physique et d'activités privées "Autres – Préparation mentale" indique que les skieurs ont possiblement retiré des conséquences dans ces quatre sphères. Cette possibilité reste à être confirmée.

4.1.3. Une absence de considération du point de vue personnel des athlètes sur l'apport des pratiques et des jeux dans la littérature sur le développement de l'expertise et du talent

L'amélioration d'un aspect critique de la performance est la conséquence de la pratique délibérée (Ericsson et al., 1993). Or, ni les aspects critiques visés par la pratique délibérée (Ericsson et al., 1993) ni l'amélioration de ceux-ci n'ont été spécifiés en sport, hormis par une recherche de Baker et ses collègues (Baker et al., 2003). Ils ont investigué l'accumulation de pratiques délibérées dans le développement de la condition physique, des habiletés perceptuelles, des habiletés d'exécution motrice et des habiletés de prise de décision (habileté critique qui peut mener à un point et/ou à la perte d'un échange) en sport collectif (netball, basketball et hockey sur gazon). Les résultats de cette recherche indiquent que ces athlètes considèrent que la compétition, l'entraînement vidéo, l'entraînement structuré et le visionnement de matchs à la télévision sont des activités pertinentes au développement des habiletés perceptuelles (« lecture du jeu ») ; la compétition, l'entraînement vidéo et l'entraînement structuré contribuent à l'acquisition des habiletés de prise de décision (choisir le meilleur mouvement parmi les mouvements possibles) ; l'enseignement individuel avec l'entraîneur, la pratique solitaire, l'entraînement structuré et jouer avec les amis contribuent au développement des habiletés d'exécution motrice (organiser et conduire le mouvement) et l'entraînement aérobique, la compétition, l'entraînement structuré et l'entraînement musculaire sont perçus comme bénéfiques à l'acquisition d'une condition physique idéale (condition

physique nécessaire pour jouer efficacement). Malgré l'identification de la relation entre une « activité »[196] et le développement de ces habiletés critiques, ce sont les chercheurs eux-mêmes qui ont déterminé que le développement de la condition physique, des habiletés perceptuelles, des habiletés d'exécution motrice et des habiletés de prise de décision constituent des habiletés critiques dans les sports collectifs. Or, il est possible que les athlètes aient développé ou amélioré d'autres habiletés qui leur apparaissent critiques, mais non anticipées par les chercheurs. Le point de vue personnel des skieurs de bosses sur l'apport des activités privées dans le développement de leur expertise et de leur talent doit être présenté.

4.1.4. Les conséquences retirées des activités privées sont liées aux habiletés mobilisées lors de la pratique du ski de bosses et à la dimension universelle de la culture sportive spécifique du ski de bosses

Le ski de bosses requiert à la fois des habiletés sportives « fermées » (Poulton, 1957), étant donné l'emplacement fixe des bosses et des structures de sauts, et des habiletés « ouvertes » (Poulton, 1957), étant donné l'environnement changeant. Outre ces habiletés, le ski de bosses requiert une motricité morphocinétique (Serre, 1984), qui se traduit par la réalisation d'une action qui vise à produire une forme corporelle ou un enchaînement de figures, peu importe les propriétés de l'environnement, et une motricité concrète, où l'action à entreprendre repose en grande partie sur une analyse des propriétés de l'environnement (Merleau-Ponty, 1945).

Ces habiletés et ces motricités fondent la pratique du ski de bosses. Les juges évaluent la mobilisation de celles-ci en compétition au moyen des critères suivants :

---

[196] Les chercheurs ne proposent pas de définition théorique de ce concept d'où la raison des guillemets. De plus, ces « activités » ne sont pas identifiées comme pratique délibérée, jeu délibéré, etc., bien que les auteurs intègrent leur recherche dans le cadre du développement de l'expertise d'Ericsson.

la qualité de la technique de ski (50 %), la qualité technique des deux manœuvres aériennes (25 %) et la vitesse (25 %) (Annexe B pour la traduction de ces habiletés et motricités dans les critères de jugement).

Ces critères investissent la pratique du ski de bosses d'un ensemble de propriétés formelles spécifiques à celui-ci (dimension universelle) (Darbon, 2002). Ainsi, cette dimension universelle prédispose le skieur de bosses à identifier les habiletés qu'il doit maîtriser pour offrir une performance optimale en compétition. En congruence avec les résultats présentés précédemment dans la thèse, les skieurs de bosses ont fort probablement obtenu des conséquences reliées à la technique en ski et en sauts, qui sont des habiletés évaluées par les juges.

Enfin, les performances en compétition octroient le statut d'expert et de talentueux à l'athlète. Pour atteindre cette performance, il est nécessaire que l'amélioration des habiletés critiques produite lors des pratiques délibérées (Ericsson et al., 1993) se transfère en compétition. Pour qu'il y ait un transfert des habiletés impliquées dans les activités privées, ces dernières doivent partager des similarités – en termes d'habiletés mobilisées – avec la pratique sportive principale (Baker, Côté et Deakin, 2005; Bullock et al., 2009; Ollis et al., 2006). En d'autres mots, le transfert d'habiletés, par exemple du trampoline à la neige, est possible parce que ces deux pratiques sportives mettent en jeu des habiletés acrobatiques, des habiletés fermées et une motricité morphocinétiques similaires. La contribution des activités privées à la performance experte repose donc sur le transfert de ces habiletés similaires. Il est donc important d'établir si les conséquences retirées des activités privées correspondent aux habiletés caractérisant le ski de bosses.

4.1.5. Les activités privées sont valorisées pour leurs conséquences anticipées

Selon le cadre théorique de l'enquête de Dewey (1938), les moyens valorisés sont ceux permettant l'atteinte de la fin-en-vue et la création d'une situation déterminée. La présence d'une valorisation d'un moyen crée des conséquences attendues qui sont celles valorisées ou appréciées (Anderson, 2014). À l'opposé, nous avons trouvé dans la troisième partie (section 3.6.3.) que l'expérience antérieure de conséquences négatives ou l'anticipation de conséquences négatives porte le skieur à dévaloriser des activités privées particulières, entraînant le rejet de celles-ci. Ces conséquences négatives sont d'ailleurs liées aux habiletés techniques et mentales. Ainsi, la valorisation des activités privées permettant l'obtention de conséquences positives – étant celles contributives au développement de l'expertise en ski de bosses – permet probablement l'atteinte du désir et de la fin-en-vue qu'ont les skieurs. D'ailleurs, les conséquences obtenues de l'activité privée entraînent un réinvestissement de cette activité privée lorsqu'une situation indéterminée similaire est vécue à nouveau. Les conséquences hypothétiques ont donc une grande importance dans la manière dont les skieurs s'approprient le développement de leur expertise et de leur talent.

La quatrième partie de la thèse a donc pour enjeu d'identifier les conséquences découlant de la réalisation des activités privées, permettant ainsi de préciser leur contribution effective dans le développement de l'expertise et du talent en ski de bosses. Nous procéderons à une analyse thématique (Paillé et Mucchielli, 2006) des entretiens afin de dégager l'ensemble des conséquences évoquées par les skieurs, de manière à rendre compte de leur expérience personnelle. De plus, en répertoriant l'ensemble des conséquences évoquées, nous relèverons les conséquences liées aux habiletés constitutives de la performance experte et talentueuse, tout en ne limitant pas nos résultats à celles-ci.

L'évocation, par les skieurs, de conséquences positives retirées de leurs activités privées mène désormais à l'emploi du terme « bénéfices » plutôt que « conséquences ».

Ainsi, cette quatrième partie de la thèse pose les deux questions de recherche suivantes :

1. Quels bénéfices les skieurs ont-ils déclaré avoir retirés de leurs activités privées ?
2. Ces bénéfices sont-ils en adéquation avec les désirs et les fins-en-vue à l'origine des activités privées menées ?

4.2. Méthode d'entretien

L'étude de la contribution des activités privées au développement de l'expertise et du talent, selon la perception des skieurs, a eu pour incidence de détourner, lors des entretiens, l'enjeu d'explicitation (Vermersch, 1994) et de décryptage (Faingold, 1998) des activités privées afin d'accéder aux bénéfices retirés.

En effet, suivant l'évocation d'une activité privée, les skieurs ont été encouragés à s'exprimer sur les bénéfices qu'ils ont retirés de celle-ci. Par ce questionnement, la posture des skieurs transite de l'évocation du déroulement de l'activité privée, telle qu'elle s'est déroulée, à l'attribution de sens que prend l'activité privée dans le développement de leur expertise et de leur talent. Plus précisément, « le sens dans l'action vient la plupart du temps « après coup ». Il n'est donc pas immédiat, mais attribué a posteriori par une interprétation. Donner du sens est ainsi une activité herméneutique : le sens est une construction mentale qui s'effectue à l'occasion d'une expérience, laquelle est mise en relation avec des expériences antérieures » (Blais et

Martineau, 2006, p. 3). Ainsi, par l'accès au sens que prend l'activité privée dans le parcours du skieur, nous accédons aux bénéfices retirés de la conduite de ces activités privées.

4.3. Méthode d'analyse

Notre méthodologie d'entretien a favorisé l'évocation des bénéfices retirés des activités privées, selon le point de vue des skieurs de bosses.

Les matériaux rassemblant les extraits de verbatim relatifs aux activités privées répertoriées dans la première partie de la thèse ont été ré-analysés dans la troisième partie de la thèse (section 1.5.2.). Chaque extrait portant sur une catégorie d'activités privées a été découpé selon trois moments : avant l'activité privée (discours portant sur les préoccupations du skieur avant qu'il évoque le déroulement de l'activité privée), pendant l'activité privée (discours portant sur le déroulement de l'activité privée, dans un ici et maintenant (emploi du « je »)) et après l'activité privée (discours portant sur les bénéfices de l'activité privée dans l'acquisition de l'expertise et du talent).

Les extraits correspondant à « avant l'activité privée » représentent les désirs à l'origine des activités privées. Les extraits correspondant à « pendant l'activité privée » représentent les catégories d'étayages et les catégories d'autorégulation des activités privées. Enfin, les extraits correspondant à « après l'activité privée » représentent les bénéfices effectivement retirés, selon le point de vue des skieurs, de l'activité privée et ceux-ci font l'objet de la présente analyse.

Outre l'identification de la trame du déroulement de l'activité privée pour distinguer les bénéfices, les mots « appris », « j'ai amélioré », « m'a aidé » et « développé », représentants du champ lexical des bénéfices, permettent de les identifier. En plus de ce découpage des verbatim et du repérage des mots cibles, la prise en compte du contexte de l'activité privée permet d'atteindre la nature des bénéfices puisque « le contexte peut faire apparaître la signification, laquelle n'est pas dans la connaissance des causes, mais dans la connaissance de tous les éléments présents reliés entre eux » (Paillé et Mucchielli, 2006, p. 30) (Tableau 4.1).

Tableau 4.1. Regroupement des verbatim correspondant aux bénéfices à l'origine de la "Pratique spontanée – Trampoline maison" de trois skieurs de bosses sur l'ÉR

	ÉNA1H	**ÉNA3H**	**ÉNC8H**
Avant l'activité privée (choix)	*Pour **aider mon saut** acrobatique puis en même temps c'est sûre qu'avec un bon sens aérien j'aidais mes, mes sauts dans les bosses. (...) j'savais que ma trampoline allait aider beaucoup... mes, mon sens aérien surtout pour les sauts, mais également pour les bosses (54).*	*Quand je revenais sur la trampo, **j'essayais de faire un peu c'que eux faisaient** genre. (...) C'est comme en les regardant juste, à **vouloir faire comme eux** que ça marché (157).*	*C'était dans le temps que je commençais à faire des corks pis... sur la neige, en tout cas, moi quand j'ai commencé j'en landais 50% mettons. Fac **mon but c'était juste d'en faire 100 par jour sur la trampo juste pour m'habituer dans les airs**, même si ils sont pas bons, juste, être habitué dans les airs d'en faire pour le lander plus souvent sur neige (142).*
Pendant l'activité privée (mise en place et déroulement)	*Non évoqué*	*Tsé le même mouvement de bras (...) Je le comprenais pas, mais je le faisais aussi. (157).*	*Non évoqué*
Après l'activité privée (bénéfices)	***Tu développes un sens aérien** de comment, de comment atterrir tout le temps sur les jambes puis pour pas te perdre dans les airs. Tu développes ton sens aérien (46).*	*Pis un moment donné j'ai compris que tsé c'est **pour te faire gagner d'la révolution** (157).*	*Même si y'est pas beau, **j'voulais le lander**, j'étais tanné de tomber (142) (par le déroulement et l'évocation de cette activité privée, il est possible d'inférer que celui-ci a réussi à s'habituer dans les airs).*

Suivant l'identification des extraits correspondant aux bénéfices pour chaque activité privée évoquée et pour chaque skieur, nous avons employé la même méthode d'analyse thématique que dans la troisième partie de la thèse (section 3.6.1.1.). Ce regroupement permet l'émergence de thèmes, de catégories et de rubriques[197] décrivant la nature des bénéfices découlant des activités privées menées (Annexe O). Un exemple de codification de thèmes, de catégories et d'une rubrique est illustré avec l'exemple de la "Pratique spontanée – Trampoline maison" présenté précédemment (Tableau 4.2).

Tableau 4.2. Analyse thématique des bénéfices découlant de la "Pratique spontanée – Trampoline maison" de trois skieurs de bosses sur l'ÉR

	ÉNA1H	**ÉNA3H**	**ÉNC8H**
Thèmes de bénéfices	Développement du sens aérien	Gain dans la révolution de la vrille	Maîtrise du saut
Catégories de bénéfices	Développement du sens aérien	Apprentissage de nouvelles habiletés en sauts	Maîtrise de l'exécution du saut
Rubrique associée à la catégorie	Habiletés en sauts	Habiletés en sauts	Habiletés en sauts

4.4. Résultats

La section des résultats se scinde en deux. La première section présente les bénéfices retirés des activités privées menées par les skieurs de bosses. La seconde présente les adéquations entre les désirs/fins-en-vue et les bénéfices retirés des activités privées.

[197] La rubrique correspond à « ce dont il est question dans l'extrait du corpus faisant l'objet de l'analyse, mais ne renseigne en aucune façon sur ce qui a été dit à ce propos (...) la rubrique permet d'étiqueter l'extrait » (Paillé et Mucchielli, 2006, p. 13).

4.4.1. Dix-huit rubriques de bénéfices retirés des activités privées

L'analyse thématique révèle 152 thèmes de bénéfices[198] retirés de la réalisation des activités privées, dont 19 sont non identifiables (Annexe H). Des 152 thèmes de bénéfices retirés, 133 sont regroupées sous 49 catégories thématiques et 18 rubriques sont associées à chacune d'elles (Annexe O). Le skieur ÉNA3H est celui ayant évoqué le plus grand nombre de bénéfices (13 rubriques).

Les 18 rubriques et les 49 catégories sont présentées ci-dessous, selon la fréquence d'évocation de ces bénéfices par les skieurs.

4.4.1.1. Modification des habiletés en sauts

Quinze skieurs de bosses (ÉNA1H, ÉNA2H, ÉNA3H, ÉNA4H, ÉNB5H, ÉNB6H, ÉNC7H, ÉNC8H, ÉNC10F, ÉQ11H, ÉQ12F, ÉQ14H, ÉQ15H, ÉQ16H, ÉQ17F) ont obtenu des bénéfices portant sur leurs habiletés en sauts. Ces bénéfices sont de deux natures : motrice et réflexive.

Les bénéfices moteurs se déclinent en deux catégories : les bénéfices relevant d'un apprentissage explicite[199] et les bénéfices relevant d'un apprentissage implicite[200].

---

[198] Certains bénéfices sont partagés par plusieurs skieurs et, par conséquent, ceux-ci sont comptabilisés une seule fois.

[199] « Explicit learning involves the use of specific instructions about how to develop a particular skill and concomitantly results in the acquisition of a large verbalizable knowledge base about how to perform the skill being acquired » (Farrow et Abernethy, 2002, p. 472).

[200] « The acquisition of a motor skill without the concurrent acquisition of explicit knowledge about the performance of that skill » (Maxwell, Masters et Eves, 2000, p. 111).

Les bénéfices explicites sont : l'apprentissage de nouvelles habiletés en sauts, la maîtrise répétée de l'exécution du saut, l'amélioration des sauts et la résolution d'un problème technique (ex. débloquer dans les airs)[201]. Les bénéfices implicites sont : le développement d'habiletés non liées à la technique de sauts (ex. devenir plus habile), l'apprentissage plus rapide d'un saut et le développement du sens aérien (orientation spatio-temporelle)[202].

Ces bénéfices explicites et implicites ont été obtenus au moyen des artefacts suivants : la rampe d'eau, le trampoline (maison et centre), les sauts enneigés, le snowpark, le tremplin et les équipements du centre de gymnastique.

Enfin, les bénéfices réflexifs portant sur les habiletés en sauts sont : la résolution de problèmes techniques (ex. parler de ses difficultés d'exécution motrices avec un coéquipier, section 3.6.5.3.). Ces bénéfices réflexifs reposent sur les activités privées "Pratique spontanée réflexive – Parler" et "Pratique spontanée réflexive – Artefact".

4.4.1.2. Modification des habiletés en ski

Quatorze skieurs (ÉNA1H, ÉNA2H, ÉNA3H, ÉNA4H, ÉNB5H, ÉNC7H, ÉNC9F, ÉNC10F, ÉQ11H, ÉQ12F, ÉQ13F, ÉQ14H, ÉQ15H, ÉQ16H) évoquent l'obtention de bénéfices portant sur leurs habiletés en ski. Ces bénéfices sont de deux natures : motrice et réflexive.

---

[201] Veuillez vous référer à l'Annexe O pour le descriptif détaillé des modifications des habiletés en sauts.

[202] Le sens de l'orientation spatio-temporelle repose sur les systèmes visuel, auditif (vestibulaire) et kinesthésique (Tchórzewski, Gargula, Bujas et Jaworski, 2011). Les récepteurs des muscles captent les informations de tension musculaire créant une rétroaction exigeant de l'athlète qu'il régule son positionnement (Tchórzewski et al., 2011).

Les bénéfices moteurs se déclinent en deux catégories : les bénéfices relevant d'un apprentissage explicite et les bénéfices relevant d'un apprentissage implicite. Les bénéfices explicites sont : l'apprentissage de nouvelles habiletés, l'amélioration de la technique de ski et l'amélioration de la vitesse de ski. Seulement un bénéfice implicite est identifié : l'automatisation des gestes.

Ces bénéfices ont été obtenus au moyen des activités privées de ski libre.

Les bénéfices réflexifs sont : la compréhension de la technique de base en ski, l'identification d'une méthode de résolution de problèmes techniques en ski[203] et la construction du modèle de skieur[204]. Ces bénéfices réflexifs reposent sur les activités privées "Pratique spontanée réflexive – Imagerie mentale", "Pratique délibérée réflexive – Vidéo instructive", "Pratique spontanée réflexive – Parler", "Pratique spontanée réflexive – Observation des autres" et "Autres – Écouter d'autres entraîneurs".

4.4.1.3. Modification de l'expérience affective

Treize skieurs (ÉNA1H, ÉNA2H, ÉNA3H, ÉNA4H, ÉNB5H, ÉNC8H, ÉNC9F, ÉNC10F, ÉQ12F, ÉQ13F, ÉQ14H, ÉQ15H, ÉQ16H) retirent comme bénéfice une modification de l'expérience affective suivant l'accomplissement de leurs activités privées. Les "Pratiques spontanées réflexives – Imagerie mentale" et les activités privées "Autres – Remémoration de bons souvenirs" permettent aux skieurs de se

---

[203] Voir l'exemple d'ÉNA4H qui observe la vidéo pour dégager les changements qu'il doit faire pour corriger son erreur technique (section 3.6.5.1.).

[204] Voir la construction du modèle de performance idéale du skieur ÉNC7H à la section 3.11.2.2. de la troisième partie de la thèse.

rappeler de bons moments vécus en ski. Les activités privées "Autres – Mixte" et "Autres – Construction de sauts enneigés enneigés" permettent aux skieurs de développer leur passion et l'activité privée "Pratique spontanée réflexive – Observation des autres" permet au skieur d'être inspiré. Les activités privées permettent également aux skieurs d'éprouver du plaisir et de créer un sentiment de confiance ("Pratique spontanée réflexive – Imagerie mentale" et "Pratique délibérée – Rampe d'eau").

Pour une skieuse, l'observation, du bas de la pente, de skieuses échouant en Coupe du monde normalise[205] son expérience de faire des erreurs.

Enfin, les skieurs retirent pour bénéfice une réduction de la peur d'exécuter un nouveau saut et/ou un saut difficile. Ce bénéfice découle de la conduite d'activités privées ayant lieu sur la rampe d'eau, le trampoline en centre et à la maison et le snowpark.

4.4.1.4. Modification de la condition physique

Les activités privées "Pratique délibérée – Conditionnement physique", "Pratique spontanée – Conditionnement physique" et "Jeu délibéré – Conditionnement physique" de neuf skieurs de bosses (ÉNA1H, ÉNA3H, ÉNB5H, ÉNB6H, ÉNC9F, ÉNC10F, ÉQ11H, ÉQ14H, ÉQ16H) ont eu pour bénéfices l'amélioration et le maintien de leur condition physique. Certains ont amélioré leur musculature, leur capacité cardiovasculaire, leur endurance et la rapidité de leurs jambes.

---

[205] Normaliser signifie de prendre conscience que l'expérience vécue est universelle (Clark et Beck, 2011), c'est-à-dire que tous les athlètes commettent à un moment ou à un autre des erreurs.

Les skieurs ayant évoqué le plus grand nombre de bénéfices de conditionnement physique sont les skieurs ÉNA3H (n = 5) et ÉQ14H (n = 3). Ces bénéfices découlent des activités privées de conditionnement physique menées avec leur père (section 2.5.3.3.).

4.4.1.5. Modification de la performance globale

Sept skieurs, dont les quatre plus experts (ÉNA1H, ÉNA2H, ÉNA3H, ÉNA4H, ÉNC8H, ÉQ14H, ÉQ15H), rapportent des bénéfices sur leur performance globale, c'est-à-dire satisfaisant toutes les composantes de la performance. Ces bénéfices découlent de 10 catégories d'activités privées : "Autres – Préparation mentale", "Pratique délibérée – Cours de ski", "Jeu délibéré – Tremplin", "Autres – Mixte", "Jeu délibéré – Ski libre", "Jeu délibéré – Trampoline maison", "Pratique délibérée – Cours de trampoline", "Jeu délibéré – Conditionnement physique", "Pratique délibérée – Conditionnement physique", "Jeu d'exercice – Ski libre", "Jeu délibéré – Snowpark", "Pratique spontanée réflexive – Observation des autres".

4.4.1.6. Égalisation ou dépassement de la performance d'une tierce personne

Cinq skieurs (ÉNA3H, ÉNA4H, ÉNC8H, ÉQ12F, ÉQ14H) évoquent des conditions d'étayage d'émulation ayant causé des bénéfices sur leur performance (sections 2.5.3.4.2.2. et 2.5.3.5.). Ils ont amélioré leurs sauts, leur vitesse en ski et leur condition physique en égalant ou en dépassant la performance de l'autre. Ces bénéfices relèvent des activités privées suivantes : "Jeu délibéré – Ski libre", "Jeu délibéré – Trampoline maison", "Jeu délibéré – Conditionnement physique", "Autres – Étayer d'autres personnes".

4.4.1.7. Acquisition d'habiletés par imitation

Cinq skieurs (ÉNA3H, ÉNC7H, ÉNC9F, ÉQ11H, ÉQ14H) ont imité les habiletés qu'ils ont observées lors de leurs "Pratiques spontanées réflexives – Observation des autres", retirant les bénéfices suivants : reproduction des styles de skieurs de la Coupe du monde et reproduction des habiletés du modèle d'exécution (notamment le positionnement pour vriller de manière optimale et ainsi pour faire des sauts possédant un coefficient de difficulté plus élevé). Un skieur, ÉNA3H, retire comme bénéfice de son "Jeu symbolique – Ski libre" de ressentir ce que les skieurs de la Coupe du monde ressentent.

4.4.1.8. Identification d'objectifs pour les prochains entraînements

Quatre skieurs (ÉNC10F, ÉQ12F, ÉQ14H, ÉQ16H) attribuent comme bénéfice à leurs activités privées "Pratique spontanée réflexive – Imagerie mentale" et "Pratique délibérée réflexive – Imagerie mentale" l'identification d'objectifs à atteindre pour les prochains entraînements. De cette manière, ils identifient les habiletés à réaliser au prochain entraînement et comment les réaliser de la bonne façon.

4.4.1.9. Acquisition d'habiletés en préparation mentale

Quatre skieurs (ÉNA3H, ÉNB5H, ÉNC7H, ÉNC9F) ayant conduit des activités privées "Autres – Préparation mentale" et une "Pratique spontanée réflexive – Imagerie mentale" évoquent avoir retiré des bénéfices pour réguler et stabiliser leur

rythme respiratoire et leur fréquence/rythme cardiaque[206]. Ces activités privées ont également permis à un skieur de préparer sa performance (préparation pré-performance).

4.4.1.10.Développement de l'esthétisme

Les activités privées "Pratique délibérée réflexive – Lecture", "Jeu de règles – Artefact", "Jeu symbolique – Artefact", "Pratique spontanée réflexive – Artefact" et "Pratique spontanée – Ski libre" ont permis à quatre skieurs (ÉNA3H, ÉNA4H, ÉNC8H, ÉQ14H) de développer la composante esthétique de leur sport. Ainsi, lors de leurs "Pratique spontanée réflexive – Artefact", trois skieurs reproduisent des sauts esthétiquement parfaits avec des objets, développant ainsi leur représentation mentale de l'exécution de ces sauts.

Le skieur ÉNA3H attribue à son activité privée "Pratique spontanée – Ski libre" le développement de son style de skieur. Ce résultat est concordant avec sa *sensibilité à l'excellence* et sa possession d'un modèle de performance idéale. En effet, lors de ces pratiques, il met en place son style de skieur lui permettant d'atteindre son modèle de performance idéale. À l'aide des étayages de son père, connaisseur et juge (section 2.5.3.3.2.6. de la deuxième partie de la thèse), il développe une posture appréciable esthétiquement (section 3.10.2.1. de la troisième partie de la thèse).

---

[206] Les skieurs régulent la fréquence cardiaque pour atteindre leur rythme cardiaque optimal (Cox, 2005).

4.4.1.11.Être étayé par ou étayer l'entourage social

Trois skieurs (ÉNA3H, ÉQ11H, ÉQ13F) attribuent des bénéfices aux étayages dont ils ont bénéficiés et aux étayages qu'eux-mêmes ont donnés. ÉQ11H a pour bénéfice de skier avec son père ("Jeu d'exercice – Ski libre") ; ÉQ13F obtient une rétroaction sur son exécution motrice lors de sa "Pratique spontanée – Trampoline maison" et une rétroaction de juge lors de sa "Pratique spontanée réflexive – Parler" (deuxième partie de la thèse). Lors de son activité privée "Autres – Étayer d'autres personnes", ÉNA3H permet l'amélioration de la performance de sa sœur en développant sa propre compréhension d'une habileté technique de ski (section 2.5.3.4.2.1. de la deuxième partie de la thèse).

4.4.1.12.Modification des sensations physiologiques et proprioceptives

Le skieur ÉNB5H estime que son activité privée ("Jeu délibéré – Snowpark") lui a procuré de l'adrénaline. Ce ressenti est d'ailleurs quelque chose qu'il apprécie du ski de bosses.

Le skieur ÉNA4H évoque comme bénéfice l'acquisition des bonnes sensations proprioceptives dans ses virages en ski lorsqu'il réalise sa "Pratique spontanée réflexive – Imagerie mentale".

Enfin, bien qu'ÉNA1H possède une *sensibilité à l'avènement de signaux proprioceptifs indicateurs de réussite*, ce skieur n'évoque pas ces bénéfices puisqu'il associe ses ressentis proprioceptifs au sens aérien. Ses ressentis proprioceptifs ont plutôt été identifiés dans son discours portant sur sa manière d'être pratiquant de ski de bosses.

4.4.1.13.Maîtriser l'exécution d'un saut de manière à atterrir sans danger

Le contrôle de l'exécution d'un saut lors de la "Pratique délibérée – Rampe d'eau" et lors de la "Pratique spontanée – Trampoline maison" procure à deux skieurs (ÉNA2H, ÉNC8H) un sentiment de sécurité. En maîtrisant l'exécution de leur saut, ils deviennent sûrs de pouvoir atterrir sur leurs pieds lorsqu'ils seront de retour sur la neige.

4.4.1.14.Compréhension de la relation entre les angles d'inclinaison du saut et le plaisir éprouvé

Les activités privées "Autres – Construction de sauts enneigés" de deux skieurs (ÉNA2H, ÉNB6H) leur permettent d'associer les angles du saut au plaisir qu'ils ressentent à sauter. De cette manière, ils ont développé des connaissances à propos des conséquences vécues, en terme de plaisir éprouvé, selon le degré d'inclinaison faible ou élevé du saut enneigé. Ces connaissances ont d'ailleurs un impact chez le skieur ÉNA2H qui choisit sa ligne de ski, en compétition, selon les angles des sauts :

> J'aimais beaucoup les sauts à comme 29 degrés. Même 28° je trouvais ça un petit peu trop flat, 30° c'est un peu trop. 29°-29.5° ça c'était vraiment qu'est-ce que je recherchais, faque quand j'arrivais dans le parcours (...) J'allais regarder finalement où est-ce que, le saut qui se rapproche le plus aux angles que j'aime (126).

4.4.1.15.Apprendre des sauts plus difficiles pour gagner en compétition

Seulement le skieur ÉNA3H attribue à son activité privée "Pratique délibérée – Rampe d'eau" l'exécution de sauts possédant un coefficient de difficulté plus élevé

lui permettant de gagner en compétition. La présence de ce bénéfice renforce et soutient sa *sensibilité à l'excellence*.

4.4.1.16.Prise d'information pour construire sa représentation mentale

Le skieur ÉQ14H possède une approche « d'étude » dans ses activités privées. Il lit des livres sur la technique de base en ski et il visionne des vidéos instructives sur la technique de base en ski de bosses. Il est donc le seul skieur ayant observé l'équipe nationale – au moment où lui est sur l'ÉQ – pour comprendre le fonctionnement de leurs routines d'entraînement ("Pratique spontanée réflexive – Observation des autres"). Il est également le seul ayant regardé des photos pour observer les détails de l'exécution motrice ("Pratique spontanée réflexive – Photos") afin de modifier sa représentation mentale de l'habileté observée.

4.4.1.17.Développement de l'identité de sauteur et de skieur

Selon ÉNA3H, ses activités privées lui permettent d'être un skieur et un sauteur. Il ne fait pas que du ski et des sauts, il est un skieur et un sauteur. Il associe ce bénéfice à la "Pratique délibérée – Camp d'entraînement".

4.4.1.18.Identification des habiletés critiques d'un modèle d'exécution motrice

À nouveau, uniquement le skieur ÉNA3H attribue à ses activités privées "Pratiques spontanées réflexives – Observation des autres" l'identification des habiletés critiques chez un modèle d'exécution (ex. la vrille chez le trampoliniste et les caractéristiques

des skieurs experts). Ces identifications sont réinvesties pàr la suite dans d'autres activités privées et sous-tendent la *sensibilité à l'excellence* d'ÉNA3H.

En somme, les skieurs retirent plusieurs bénéfices de la conduite de leurs activités privées. Néanmoins, ce sont les bénéfices reliés aux habiletés techniques du sport (ski et sauts) qui sont le plus fréquemment évoqués par les skieurs de bosses. De même, les autres bénéfices les plus fréquemment évoqués sont ceux reliés aux autres habiletés reconnues indispensables à la performance experte, c'est-à-dire les habiletés stratégiques, physiques et mentales. Il apparaît également que les skieurs de bosses ont retiré comme bénéfices des habiletés critiques portant sur l'esthétisme, le décodage proprioceptif et la performance globale.

4.4.2. Descriptif des sept habiletés critiques en ski de bosses

L'expertise et le talent reposent sur la possession d'habiletés propres au domaine de l'individu (Bloom, 1985a; Ericsson et al., 1993; Gagné, 2000), en l'occurrence le ski de bosses. Les bénéfices retirés par les skieurs peuvent être classés selon les habiletés critiques suivantes : techniques, stratégiques, physiques, mentales (comprend l'affectif), esthétiques, proprioceptives et la performance globale (Tableau 4.3).

Tableau 4.3. Descriptif des habiletés critiques en ski de bosses

Technique	*Ski*	Skis droits (absence de pivotement), les pieds en dessous, vision haute, centré sur les skis avec un bon contact sur la neige, ligne de ski directe, position de base en ski de bosses, reprise directe des virages de ski après l'atterrissage du saut
	Sauts	Vriller rapidement en gagnant de la révolution, exécuter de manière adéquate la technique enseignée, aisance dans les airs, coefficient de difficulté des sauts élevé[207]
	Vitesse	Rapide et contrôle du ralentissement
Stratégique		Réaliser des sauts de qualité supérieure à ceux de ses concurrents, skier plus rapidement que ses concurrents, identifier les habiletés à travailler aux prochains entraînements
Physique		Force, poids adapté à sa morphologie, endurance, rapidité, capacité cardiovasculaire, muscles stabilisateurs, routine d'entraînement (échauffement)
Mentale		Confiance, passion, inspiration, plaisir, normalisation de l'expérience, attitude de travail, vaincre/apprivoiser la peur, gestion du stress (respiration, ralentissement de la fréquence cardiaque/du rythme cardiaque)
Esthétique		Style esthétique similaire à celui des skieurs meilleurs que soi, posture esthétique dans les bosses et dans les airs, exécution esthétiquement et techniquement parfaite, considération du point de vue des juges
Proprioceptive		Sens aérien, décodage de la signification des ressentis corporels et proprioceptifs
Performance globale		Modèle de performance idéale, descente sans erreurs

La performance experte ou prometteuse en ski de bosses repose sur la possession et la mobilisation de ces sept habiletés critiques. Celles-ci sont toutefois adaptées au genre (contrairement aux skieuses, les skieurs réalisent des sauts possédant un coefficient de difficulté plus élevé), à l'âge[208] et aux besoins du skieur. La contribution de ces habiletés critiques au développement de l'expertise et du talent est relative à la nature de leurs modifications par les activités privées.

---

[207] Certains skieurs sont en mesurent d'exécuter les sauts suivants sur la neige ou sur le trampoline : 360°, backflip, backfull, back doublefull, cork 720° et 1080°, d-spin, double back et triple back. Pour savoir quels skieurs évoquent quels sauts, veuillez vous référer à l'Annexe H.

[208] Les habiletés physiques doivent être développées selon l'âge, la morphologie de l'athlète et les demandes physiques du sport (DLTA) (Balyi et al., 2005).

4.4.3. La nature de la modification des bénéfices

La nature de la modification des bénéfices varie selon les skieurs et les époques. Cette variation correspond aux 49 catégories qui ont émergé de l'analyse thématique (Annexe O). Plus précisément, 14 catégories de modification sont identifiées, à partir des mots employés par les skieurs, de manière à rendre compte de leur expérience personnelle. Ces 14 catégories de modification sont présentées ci-dessous (Tableau 4.4).

Tableau 4.4. Les catégories de modification des bénéfices retirés des activités privées

Certains améliorent :	l'exécution de la technique de ski et de sauts, la condition physique, la performance globale, la vitesse de descente, leur style
Certains maîtrisent :	la technique de ski et de sauts
Certains développent[209] :	un sens aérien, être habile, une posture appréciable des juges, leur style, une identité de sauteur
Certains apprennent[210] :	de nouvelles habiletés en sauts, des sauts possédant un coefficient de difficulté élevé
Certains résolvent :	des problèmes dans l'exécution technique en saut et en ski
Certains comprennent[211] :	la technique de base en ski de bosses, la relation entre les angles du saut et le plaisir éprouvé, la routine d'entraînement d'une autre équipe
Certains automatisent :	la technique de ski
Certains construisent :	leur modèle de performance idéale
Certains régulent :	leur peur, leur perception de leur compétence, leur respiration, leur fréquence cardiaque et leur rythme cardiaque

[209] Développer [s.d.] dans *Centre National de ressources textuelles et lexicales.* Récupéré le 18 juin 2017 de http://www.cnrtl.fr/definition/d%C3%A9velopper : « accroître, donner de l'extension ».

[210] Apprendre [s.d.] dans *Centre National de ressources textuelles et lexicales.* Récupéré le 18 juin 2017 de http://www.cnrtl.fr/definition/apprendre : « acquérir par l'entraînement la maîtrise des procédés ou des mécanismes permettant de se livrer à une activité déterminée générale ou professionnelle ».

[211] Comprendre [s.d.] dans *Centre National de ressources textuelles et lexicales.* Récupéré le 18 juin 2017 de http://www.cnrtl.fr/definition/comprendre : « saisir intellectuellement le rapport de signification qui existe entre tel signe et la chose signifiée, notamment au niveau du discours » ; « se faire une idée claire des causes, des conséquences, etc. qui se rattachent à telle chose et qui l'expliquent ».

Certains maintiennent :	la condition physique
Certains retirent :	du plaisir, de la confiance, de la passion, de l'inspiration, de l'adrénaline, une appréciation sur la qualité de son exécution, une rétroaction sur ce qui doit être amélioré, les bonnes sensations
Certains réalisent :	une descente sans erreur, une motion parfaite au moyen d'un objet
Certains identifient :	une attitude de travail, les correctifs à apporter sur la piste, les améliorations à conduire, le mouvement critique permettant la réussite, les habiletés caractérisant les meilleurs skieurs
Certains imitent :	les modèles d'exécution motrice et les modèles esthétiques

La variation des modifications de ces bénéfices influence la composition des habiletés critiques précédemment présentées. De plus, certaines de ces modifications – plus particulièrement celles retirées des activités privées réflexives – sont réinvesties dans leurs activités privées motrices.

4.4.4. Les bénéfices retirés des activités privées réflexives sont réinvestis dans les activités privées motrices

Les activités privées "Pratique délibérée réflexive – Vidéo instructive" et "Pratique délibérée réflexive – Lecture" (lecture d'un livre sur la position de base) (ÉQ14H) ont pour bénéfice l'adaptation des activités privées de conditionnement physique qui, à leur tour, ont pour bénéfice l'amélioration de la condition physique. Les activités privées du skieur ÉNA3H s'enrichissent également et créent un système d'activités privées orienté par sa *sensibilité à l'excellence* et *sa norme d'activité valorisant l'esthétisme parfait et appréciable des juges* (section 3.10.2.1.). Enfin, la majorité des bénéfices retirés des activités privées réflexives sont réinvestis dans les activités privées motrices et/ou dans le milieu institutionnel.

4.4.5. Un même bénéfice découle de différentes catégories d'activités privées ou d'une même catégorie d'activité privée

La troisième partie de la thèse révèle que plusieurs activités privées de natures différentes ont pour origine un désir commun et certains désirs communs à plusieurs skieurs sont à l'origine de la même catégorie d'activités privées. Ces résultats mettent ainsi en doute la catégorisation des pratiques et des jeux selon les axes proposés par Côté (Côté et al., 2013, 2014). Nous avons donc procédé à la même analyse pour les bénéfices retirés des activités privées.

Ainsi, un même thème de bénéfices résulte de plusieurs catégories d'activités privées (n = 15) : le développement du sens aérien (PSTM[212], JDTM, PSS, JETM), l'exécution d'un backflip (PDR, JDSN, JDTM, AM, PDG, JDT, PSSN), vaincre la peur (PDR, PSTM, PSS, JDTM, AM, JDSN), la visualisation de ce qu'il/elle doit faire (PSRIM, PDRIM), l'exécution de nouveaux sauts (PSR, PSTC, JDTC, PSS, AM, JDTM), avoir du plaisir (JDSN, JDTM, JDTC, AM, PDCE, JETM, JESL, PDCS, AEAP), dépassement de son niveau actuel de performance (JDT, AM), réussite d'un 360° (PDSN, PSS, PDG, PSSN), reproduction parfaite d'un saut au moyen d'un artefact (JRA, JSA), voir, de manière parfaite, comment se déroule le saut et quelles sensations y sont associées (PSRA, JSA), exécution sécuritaire du saut (PDR, PSTM), amélioration des sauts (PSTM, PDCT, PSRA), amélioration de sa technique de ski (PDCS, PSSL, JDSL), déblocage dans l'exécution d'un saut (PSTM, AM) et devenir un meilleur skieur (PDCP, JESL, PDCS).

De même, certains thèmes de bénéfices partagés par plusieurs skieurs découlent de la même catégorie d'activités privées (n = 8) : vaincre la peur (PDR, deux skieurs; AM,

---

[212] Veuillez vous référer à la section présentant les abréviations.

quatre skieurs), développement du sens aérien (JDTM, deux skieurs), exécution un backflip (JDTM, quatre skieurs; AM, deux skieurs), amélioration de ses sauts (PSTM, trois skieurs), exécution de nouveaux sauts (JDTM, deux skieurs), avoir du plaisir (JDTM, trois skieurs), association des angles du saut au plaisir éprouvé à sauter (ACS, deux skieurs), dépassement de son niveau actuel de performance (JDT, ÉNA4H; AM, ÉNA1H).

Finalement, la présence de ces 23 bénéfices partagés par plus d'un skieur indique que 110 bénéfices sont évoqués et retirés par un skieur seulement, et ce, pour une activité privée donnée. Ce constat renforce que les activités privées choisies sont intrinsèquement liées au skieur qui les évoque, consolidant ainsi la relation existante entre un skieur particulier, sa sensibilité à et les activités privées qu'il a menées.

4.4.6. Les bénéfices retirées et orientés vers la modification d'habiletés critiques au ski de bosses persistent au cours de la carrière sportive

La distribution[213] des bénéfices au cours du développement sportif en ski de bosses diffère selon les équipes de ski de bosses puisque les activités privées menées varient au cours du temps (section 1.6.5. de la première partie de la thèse). Sur l'équipe régionale (ÉR), les skieurs évoquent l'ensemble des rubriques de bénéfices retirés des activités privées (n = 18)[214]. Ce constat n'est pas surprenant puisqu'ils mènent un plus grand nombre d'activités privées à cette époque. Ensuite, lors des années sur l'équipe

---

[213] Le nombre de bénéfices a été comptabilisé selon leur nature et selon l'époque (ER, EQ et EN). Par exemple, si plusieurs skieurs évoquent le même bénéfice sur la même équipe, ce bénéfice n'est comptabilisé qu'une fois.

[214] Pour savoir précisément quels bénéfices sont présents sur quelles équipes, voir l'Annexe H.

du Québec (ÉQ) et l'équipe nationale (ÉN), les skieurs évoquent treize rubriques de bénéfices (Tableau 4.5)[215].

Tableau 4.5. Distribution des rubriques de bénéfices selon les équipes de bosses

Rubriques des bénéfices retirés des activités privées selon les skieurs de bosses	Équipe régionale	Équipe du Québec	Équipe nationale
Modification des habiletés en sauts	X	X	X
Modification des habiletés en ski	X	X	X
Modification de l'expérience affective	X	X	X
Modification de la condition physique	X	X	X
Modification de la performance globale	X	X	X
Égalisation ou dépassement de la performance d'une tierce personne	X	X	X
Acquisition d'habiletés par imitation	X	X	X
Identification d'objectifs pour les prochains entraînements	X	X	X
Acquisition d'habiletés en préparation mentale	X	X	X
Développement de l'esthétisme	X	X	X
Être étayé par ou étayer l'entourage social	X	X	X
Modification des sensations physiologiques et proprioceptives	X	X	X
Maîtriser l'exécution d'un saut de manière à atterrir sans danger	X		X
Compréhension de la relation entre les angles du saut et le plaisir éprouvé	X		
Apprendre des sauts plus difficiles pour gagner en compétition	X		
Prise d'information pour construire sa représentation mentale	X	X	
Être un sauteur et un skieur	X		
Identification des habiletés critiques d'un modèle	X		

Les bénéfices qui disparaissent sont ceux évoqués par moins de deux skieurs. Le bénéfice de prise d'information a été évoqué par un skieur de l'ÉQ ainsi celui-ci ne peut être répertorié sur l'ÉN. Enfin, la maîtrise de l'exécution d'un saut de manière à

[215] Pour savoir précisément quels bénéfices sont présents sur quelles équipes, voir l'Annexe H.

atterrir sans danger est évoquée sur l'ÉN, puisqu'étant plus vieux, le skieur ÉNA2H a investi plus massivement les sauts inversés à cette époque.

Enfin, les enjeux développementaux en sport n'apparaissent pas avoir d'incidence sur la nature des bénéfices puisque les skieurs sont constamment en recherche de modification de leurs habiletés permettant la performance experte et talentueuse.

4.4.7. Les skieurs de bosses présentent des articulations désir-activité(s) privée(s)-bénéfice(s) identiques et non identiques

La troisième partie de la thèse montre que le choix de l'activité privée repose sur l'attribution (jugement pratique et jugement de valeur) d'une valeur relative quant à l'estimation de sa capacité à réaliser le désir et la fin-en-vue du skieur. Nous pouvons ainsi affirmer que les bénéfices retirés de la réalisation des activités privées satisfassent les désirs et les fins-en-vues du skieur puisque celui-ci évoque les activités privées qu'il a conduites et non celles qu'il a rejetées (excepté celles répertoriées à la section 3.6.3). Dès lors, les désirs des skieurs sont satisfaits par les bénéfices retirés de leur activité privée. Pour appuyer cette affirmation, nous avons schématisé l'articulation désir-activité(s) privée(s)-bénéfice(s) pour chaque skieur (Annexe P). Le schéma ci-dessous illustre, de façon exemplaire, l'articulation désir-activité(s) privée(s)-bénéfice(s) du skieur ÉNA1H (Figure 4.1)[216].

---

[216] Les activités privées de visionnement de vidéos de soi et des autres ne sont pas dans ces schémas puisqu'ils sont présentés dans la section suivante.

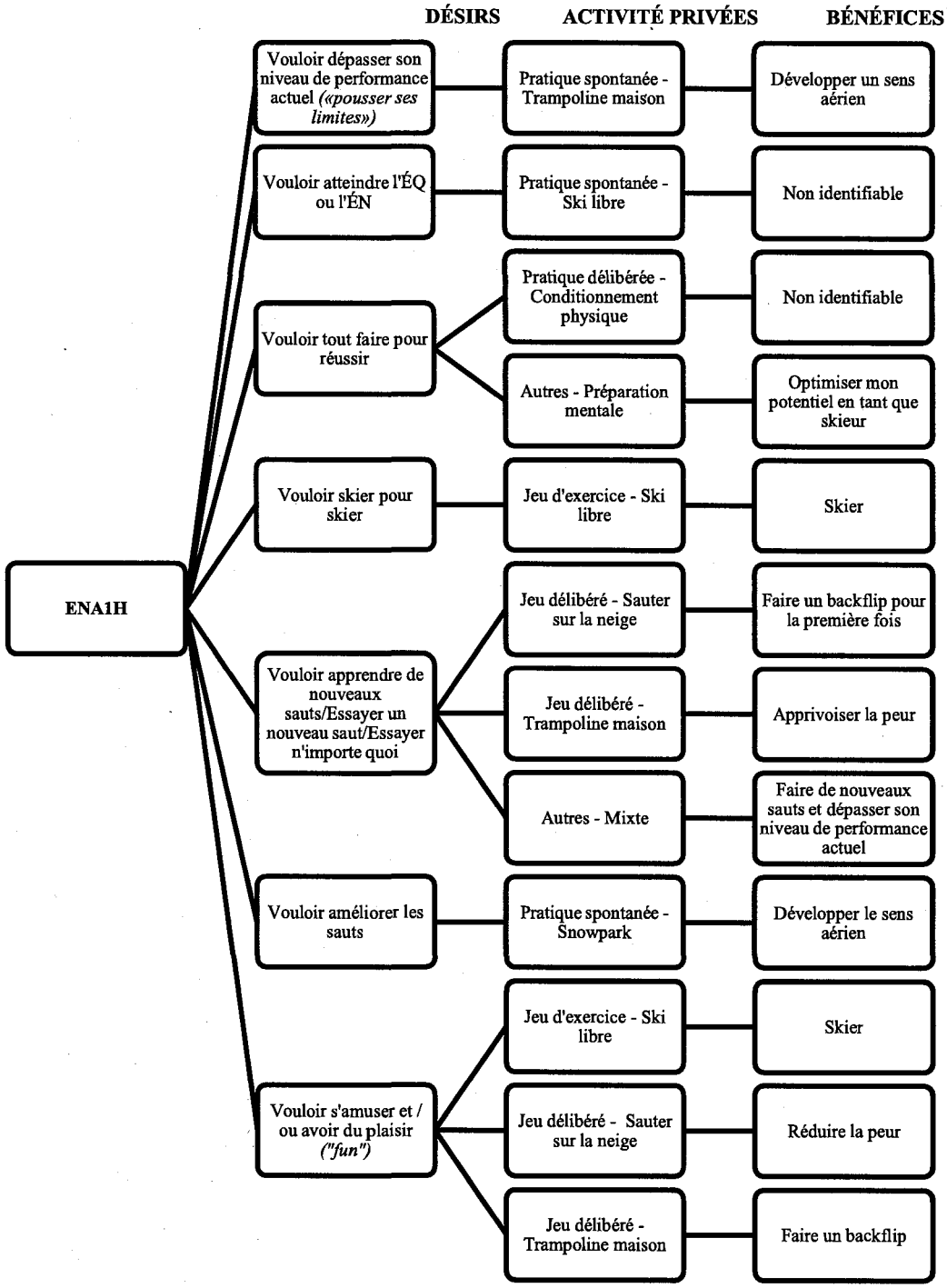


Figure 4.1. Schématisation de l'articulation désir-activité(s) privée(s)-bénéfice(s) du skieur ÉNA1H

Le schéma d'ÉNA1H nous permet de constater des articulations identiques entre le désir et le bénéfice. Par exemple, ÉNA1H désire skier pour skier, en conséquence il conduit un "Jeu d'exercice – Ski libre" duquel il retire le bénéfice de skier.

À la différence des bénéfices qui contiennent les habiletés (ex. développer le sens aérien, réduire la peur, etc.), les désirs sont plus généraux (ex. essayer un nouveau saut). Malgré cette nuance dans les évocations des désirs et des bénéfices, ceux-ci correspondent à la nature du désir. Par exemple, ÉNA1H désire dépasser son niveau de performance actuel en réalisant une "Pratique spontanée – Trampoline maison" duquel il retire le développement du sens aérien. Bien que le sens aérien ne soit pas évoqué dans son désir, celui-ci constitue une habileté proprioceptive associée aux habiletés en sauts qui peut lui permettre d'améliorer sa performance en compétition. Ce bénéfice s'articule également à sa *sensibilité à l'avènement de signaux proprioceptifs indicateurs d'une réussite.*

Enfin, les skieurs de bosses évoquent des bénéfices retirés dont la nature n'est pas reliée aux désirs à l'origine de son activités privée. Par exemple, ÉNA1H évoque comme bénéfice retiré *la réduction de la peur*, et ce, malgré qu'à l'origine de son "Jeu délibéré – Sauter sur la neige" il évoque le désir de *vouloir s'amuser et avoir du plaisir*. Ainsi, les skieurs de bosses évoquent des bénéfices retirés qui dépassent la satisfaction des désirs à l'origine des activités privées.

4.4.8. Articulation des désirs et des bénéfices associés aux activités privées de visionnement de vidéos et leur évolution au cours de la carrière

Les désirs – tout comme les bénéfices – associés aux activités privées de visionnement de vidéo de soi et des autres n'ont pas été présentés dans la troisième

partie de la thèse, et ce, bien qu'ils aient été évoqués dans la présentation des trois cas d'activités privées d'enquête, dans la présentation de la sensibilité à et dans la présentation du modèle de performance idéale de différents skieurs. En effet, ayant fait l'objet d'une présentation au congrès de l'European College of Sport Science (ECSS) (Laurin-Landry, Récopé et Merri, 2013), nous avons réservé les résultats associés aux désirs et aux bénéfices du visionnement de vidéos à cette section de la thèse. Ces résultats permettent de constater l'adéquation entre les désirs et les bénéfices et l'évolution de ceux-ci au cours du temps. En effet, la valorisation d'un moyen est provisoire puisque les situations changent, créant ainsi une nouvelle évaluation de la situation requérant possiblement un nouveau moyen et une nouvelle valorisation (Anderson, 2014).

Ainsi, nous présentons les désirs associés aux activités privées de visionnement de vidéos de soi et des autres ("Pratiques délibérées réflexives", "Pratiques spontanées réflexives" et aux activités privées "Autres") et les bénéfices obtenus par ces visionnements de vidéos.

Tout comme les autres activités privées (section 3.6.1. de la troisième partie de la thèse), des désirs sont à l'aval du choix et de la mise en place des activités privées de visionnement de vidéos de soi. De même, les skieurs retirent des bénéfices de leur visionnement, qui sont généralement de la même nature que les désirs (Tableau 4.6).

Tableau 4.6. Visionnement de vidéos de soi au cours du développement

Équipes	Désirs	Bénéfices
Équipe régionale (n = 9 skieurs)	Vouloir identifier les erreurs et/ou les succès *(ÉNA = 4; ÉNB = 1; ÉNC = 1; ÉQ = 3)*	Identification des éléments sur lesquels le skieur doit travailler la prochaine fois qu'il ira skier *(n = 9)*
Équipe du Québec (n = 17 skieurs)	Vouloir identifier les erreurs et/ou les succès *(ÉNA = 3; ÉNB = 1; ÉNC = 2; ÉQ = 6)*	Correction du style *(n = 11)* et des stratégies *(ÉNA = 1)*
	Vouloir identifier ce qui cause les erreurs et/ou les succès *(ÉNA = 2; ÉNB = 1; ÉNC = 1; ÉQ = 1)*	Compréhension des séquences d'actions causant les erreurs et/ou les succès *(n= 5)*
	Vouloir obtenir une image des sensations proprioceptives *(ÉNA = 3)*	Illustration des sensations *(n = 3)*
	Vouloir regarder ses meilleures performances en compétition *(ÉNC = 1;ÉQ = 1)*	Motivation *(n = 2)*
Équipe nationale (n = 10 skieurs)	Vouloir obtenir une image des sensations proprioceptives *(ÉNA = 4; ÉNB = 1; ÉNC = 1)*	Illustration des sensations *(n = 6)*
	Vouloir regarder ses meilleures performances en compétition *(ÉNC = 2)*	Augmentation de la confiance *(n = 2)* et de la motivation *(n =1)*
	Vouloir comparer ses performances sur différents parcours de compétition *(ÉNB = 2)*	Identification de la régularité de ses erreurs et/ou de ses succès en considérant ou pas les particularités de la piste *(n = 2)*
	Vouloir obtenir une illustration du pointage des juges *(ÉNA = 3; ÉNB = 2; ÉNC = 2)*	Compréhension du lien entre le pointage reçu et la qualité de la performance *(n = 7)*
	Vouloir une illustration du discours des entraîneurs[217] *(ÉNC = 2)*	Infirmation ou confirmation du discours des entraîneurs *(n = 2)*
	Vouloir regarder l'esthétisme de la	Identification de ce que les juges vont

[217] Ce résultat constitue un avancement des connaissances sur l'apport du visionnement de vidéos en milieu sportif et l'un des extraits y correspondant est révélateur d'une situation n'ayant jamais été étudiée (Yin, 2014) et dont nous estimons qu'elle doit être illustrée : « Quand ton coach te dit « ça c'est bon » et « ça c'est pas bon. ». Parce que comme on le sait, des fois il y a des coachs qui vont dire une journée que c'est vraiment bon, ça va bien parce qu'ils veulent t'encourager, pis il y a d'autres journées où est-ce qu'ils vont dire « Ok, essaye de faire ça » pis toi dans ta tête t'es comme « C'est quoi je suis poche aujourd'hui? » alors que t'es bon, mais c'est juste qu'il veut que tu pousses plus. Tsé, faque ça t'aide pas ça. Ben ça t'aide (673). Là tu le fais toi-même, c'est ça. Tu le sais toi-même vraiment qu'est-ce qu'il en est (ÉNC7H, 675) ».

descente selon la perception des juges *(ÉNA = 4; ÉNB = 1)*	percevoir et évaluer lors de la compétition *(n = 5)*

Le tableau ci-haut indique qu'une seule catégorie de désir supporte le visionnement de vidéos de soi sur l'ÉR : identifier ses succès et ses erreurs. Ce même désir se perpétue sur l'ÉQ. C'est à partir de l'ÉQ que tous les skieurs regardent des vidéos d'eux-mêmes, ce constat se répétant sur l'ÉN (n = 10/10). Sur l'ÉQ, trois types de désirs mènent au visionnement de vidéos de soi alors que sur l'ÉN, six désirs sont à l'origine des activités privées. Sur l'ÉN, les quatre meilleurs skieurs regardent leurs vidéos pour avoir une image de leur proprioception et pour identifier ce que les juges vont percevoir et évaluer lors d'une compétition. Ainsi, au fur et à mesure de leur ascension dans les équipes de ski de bosses, les désirs à l'origine du visionnement se précisent, par l'établissement d'une fin-en-vue comportant les éléments qu'ils veulent observer (ex. voir le pointage des juges en image).

Pareillement aux visionnements de vidéos de soi, des désirs sont à l'aval du choix et de la mise en place des activités privées de visionnement de vidéos des autres et des bénéfices sont retirés de ces visionnements. Ces bénéfices sont généralement de la même nature que les désirs (Tableau 4.7).

Tableau 4.7. Visionnement de vidéos des autres au cours du développement

Équipes	Désirs	Bénéfices
Équipe régionale (n = 15 skieurs)	Vouloir une représentation des habiletés requises pour réussir dans le sport *(ÉNA =2; ÉNB = 2; ÉNC = 4; ÉQ = 4)*	Identification des types de sauts, des techniques de ski et de sauts et de la vitesse qui caractérisent les skieurs de la Coupe du monde *(n= 12)*
	Vouloir regarder un modèle *(ÉNA = 2; ÉNB = 1; ÉNC = 1; ÉQ = 3)*	Modèle de style esthétique *(ÉNA = 2)* et modèle d'exécution des techniques de ski et de sauts *(n = 7)*
	Vouloir regarder pour le plaisir *(ÉNA = 4; ÉNB = 2; ÉNC = 4; ÉQ = 5)*	Inspiration *(n = 15)* et passion *(ÉNA = 4; ÉNB = 1; ÉQ = 1)*
Équipe du Québec (n = 17 skieurs)	Vouloir regarder un modèle *(n = 17)*	Modèle de style esthétique *(ÉNA = 3; ÉNB = 2; ÉNC = 3; ÉQ = 4)* Modèle d'exécution des techniques de ski et de sauts *(ÉNA = 2; ÉNB = 2; ÉNC = 2; ÉQ =4)* Modèle de préparation mentale *(ÉQ = 2)* Modèle d'attitude *(ÉQ = 2)*
Équipe nationale (n = 7 skieurs)	Vouloir regarder un modèle *(ÉNA = 2; ÉNC = 2)*	Modèle d'exécution des techniques de ski et de sauts *(n = 4)*
	Vouloir regarder un parcours de la Coupe du monde où le skieur ira skier *(ÉNA = 1; ÉNB = 2)*	Identification des caractéristiques d'un parcours de ski de bosses *(n = 3)*

Le tableau ci-haut indique que les skieurs de bosses visionnent des vidéos de skieurs plus experts, leur permettant ainsi de reconnaître les sauts et la technique de ski qu'ils doivent produire. Ainsi, le désir d'observer un modèle est présent tout au long de la carrière des skieurs, c'est-à-dire autant lorsqu'ils débutent que lorsqu'ils sont eux-mêmes experts. Le visionnement de vidéos des autres leur permet également d'identifier les caractéristiques d'un parcours de ski de bosses où ils iront prochainement skier. De cette manière, ils peuvent anticiper les défis posés par le parcours et être mieux préparés. Enfin, les bénéfices retirés de ces visionnements de vidéos des autres (modèle de style esthétique, d'exécution technique de ski et de sauts) sont ceux constitutifs du modèle de performance idéale de certains skieurs.

Lorsque les deux artefacts sont comparés, il est possible de remarquer que sur l'ÉR un plus grand nombre de skieurs visionnent des vidéos des autres plutôt que des vidéos de soi. De plus, les désirs menant au visionnement de vidéos de soi sont plus nombreux que ceux menant au visionnement de vidéos des autres. Enfin, tous les skieurs de l'ÉN se regardent sur vidéos alors que deux d'entre eux ne visionnent pas de vidéos des autres.

Pour conclure, ces résultats démontrent comment les désirs et les bénéfices retirés d'une « même »[218] activité privée sont en adéquation et comment ceux-ci évoluent au cours de la carrière sportive. Ces désirs et ces bénéfices sont à la fois liés aux enjeux sportifs – lors des années sur l'ÉR le skieur acquiert des habiletés sportives tandis que sur l'ÉN la focalisation du skieur porte sur la mise en place de la performance experte en compétition – et aux situations rencontrées dans leur quotidien de skieurs de bosses.

4.5. Discussion

Cette quatrième partie de la thèse avait pour premier enjeu d'identifier les bénéfices retirés de la conduite des activités privées, selon la perception des skieurs de bosses, permettant ainsi de préciser leur contribution effective dans le développement de l'expertise et du talent en ski de bosses. Cette ambition reposait à la fois sur des enjeux scientifiques et sportifs, mais également sur les définitions théoriques de l'expertise et du talent. En effet, l'atteinte de l'expertise repose sur la maîtrise des habiletés critiques à la performance, des connaissances et des techniques existantes d'un domaine (Ericsson et al., 1993) et le talent est la résultante d'un développement

[218] Celles-ci ne sont jamais identiques puisque les vidéos regardées changent d'une activité privée à l'autre.

entraînant « la maîtrise systématique d'habiletés développées et de savoirs d'un domaine » (Gagné, 2000, p. 67). La performance experte se concrétise dans des performances supérieures et constantes (médailles) sur des tâches représentatives (compétition de ski de bosses) du domaine (Ericsson et Charness, 1994) et la performance talentueuse se traduit dans la « démonstration anormalement élevée d'un niveau de compétence, d'accomplissements ou d'habiletés dans un domaine particulier » (Bloom, 1985a, p. 5).

Dans un premier temps, l'analyse thématique (Paillé et Mucchielli, 2006) des entretiens a permis de répertorier l'ensemble des bénéfices retirés des activités privées réalisées par des skieurs de bosses experts et prometteurs. Tout d'abord, les skieurs de bosses reconnaissent aux activités privées des bénéfices moteurs et/ou corporels et aux activités privées réflexives des bénéfices touchant à la représentation mentale de leurs habiletés en ski et en sauts.

Ensuite, les skieurs de bosses experts et prometteurs de notre étude reconnaissent aux activités privées des bénéfices dans le développement de quatre habiletés critiques à la performance experte en sport : les habiletés techniques, les habiletés stratégiques, physiques et mentales (Crocker, 2016; Halliwell et al., 2006), auxquelles ils ajoutent deux nouvelles habiletés : l'esthétisme et la proprioception.

Lors des entretiens, les skieurs emploient le mot « amélioré » lorsqu'ils évoquent les habiletés techniques de ski puisqu'au moment de rejoindre une équipe de bosses, ils possèdent déjà des habiletés techniques en ski alpin. A contrario, ils évoquent la réalisation de « nouveaux » sauts à leur entrée sur l'ÉR, puisqu'ils n'ont jamais appris une technique de sauts auparavant. Ainsi, les skieurs de bosses ont techniquement amélioré leurs habiletés en ski, ils ont techniquement acquis de nouvelles habiletés en sauts et en vitesse. Outre ces modifications des habiletés techniques en ski et en sauts,

les skieurs de bosses ont également amélioré leurs représentations mentales de celles-ci. Les skieurs ont parlé avec des coéquipiers/fratrie et ils ont regardé des photos et des vidéos pour enquêter et ainsi résoudre des problèmes techniques en ski et en sauts. Ils ont aussi identifié et compris les causes de leurs succès/erreurs techniques grâce au visionnement de vidéos de soi. Enfin, ils ont émulé (imité) des modèles d'exécution technique de ski et de sauts.

Physiquement, les skieurs ont amélioré et/ou maintenu leur condition physique (ex. la capacité cardiovasculaire et d'endurance, la musculature, etc.). Certains d'entre eux ont spécialisé leurs activités privées en considérant les capacités physiques requises pour réussir en ski de bosses, tel que présenté dans la deuxième partie de la thèse. Enfin, une skieuse conduit des activités privées de conditionnement physique ayant pour bénéfices de réduire les possibilités de blessure.

Mentalement, les skieurs de bosses ont augmenté leur sentiment de confiance en eux par le visionnement de vidéos et ils ont aussi développé leur routine de pré-performance. Ils ont appris à réguler leur rythme respiratoire, leur fréquence cardiaque et leur rythme cardiaque, ayant pour bénéfices la réduction de la symptomatologie du stress et de l'anxiété (ces activités privées de préparation mentale ont donc pour bénéfices des retombées attribuées à la fonction *motivationnelle-générale-éveil*[219] de l'imagerie mentale (Martin, Moritz et Hall, 1999)). Ensuite, la maîtrise adéquate d'un saut leur permet de se sentir en sécurité puisqu'ils seront en mesure d'atterrir sur les pieds. Les skieurs de bosses évoquent également l'entretien de leur motivation, de leur passion et de leur inspiration envers la pratique du ski de bosses et la compétition. Les skieurs retirent de leur "Pratique

---

[219] Cette fonction indique que l'athlète s'imagine dans une situation sportive dans laquelle il est capable de contrôler son anxiété (associée à l'excitation physiologique et à l'affect).

spontanée réflexive – Imagerie mentale" un gain de confiance, qui conforte la fonction *motivationnelle-générale-maîtrise*[220] précédemment attribuée à l'imagerie mentale (Martin et al., 1999). Les "Pratique spontanée réflexive – Imagerie mentale» et "Pratique délibérée réflexive – Imagerie mentale" ont permis à des skieurs d'identifier les habiletés à réaliser au prochain entraînement et comment les réaliser de la bonne façon. Ces bénéfices de l'imagerie mentale font écho à la fonction *cognitive-générale* recensée dans la littérature scientifique (Martin et al., 1999) : l'athlète s'imagine en train de passer en revue les tactiques de performance, les routines ou les stratégies. Enfin, dans la pratique clinique de la psychologie du sport, la composante émotionnelle de la pratique sportive est incorporée dans la préparation mentale. Ainsi, les activités privées ont aussi des répercussions émotionnelles positives[221], telles l'expérience de plaisir et la réduction de la peur. Ces résultats sont importants puisque le contrôle de la peur est reconnu comme l'une des habiletés mentales critiques à la performance (Durand-Bush, Salmela et Green-Demers, 2001) et les expériences de plaisir en début de participation sportive prédisposent à la persévérance dans la pratique sportive (Côté et al., 2014), et donc, à l'atteinte de l'expertise et du talent. Ces résultats appuient que le développement d'habiletés en préparation mentale est essentiel à la performance sportive (Cox, 2005; Crocker, 2016; Durand-Bush et al., 2001; Gould et Maynard, 2009).

Stratégiquement, le visionnement de vidéos de soi a permis aux skieurs de dégager des objectifs techniques à réaliser lors des prochains entraînements et/ou prochaines compétitions. Les activités privées conduites sur la rampe d'eau, et tout particulièrement les pratiques délibérées d'ÉNA1H et d'ÉNA3H auprès de l'ÉN de

---

[220] Cette imagerie a pour fonction que l'athlète s'imagine dans une situation sportive générale où il démontre sa capacité à rester concentré, à avoir des pensées fortes, à être en contrôle et à demeurer confiant.

[221] Les activités privées ayant des répercussions négatives (ex. expérience d'anxiété) sont éliminées par les skieurs (section 3.6.3.).

sauts, ont permis à ces deux skieurs de bosses de maîtriser des sauts possédant un coefficient de difficulté élevé, leur procurant ainsi un avantage sur leurs adversaires en Coupe du monde. Enfin, la considération du point de vue des juges lors du visionnement de vidéos de leurs performances a pour incidence des changements dans leur stratégie de compétition.

Esthétiquement[222], les skieurs ont visionné leurs performances sur vidéos en évaluant leurs performances motrices et esthétiques. Ces observations ont pour bénéfices la correction de leur style de ski. Le visionnement de vidéos des autres a permis à certains skieurs de développer leur modèle de performance idéale, qui se traduit en représentation mentale. Cette représentation mentale leur permet ainsi de former une image de la performance désirée, de conduire un monitorage de leur performance actuelle et d'identifier les écarts entre l'idéal et l'actuel (tel que démontré dans la troisième partie) (Ericsson, 1996, 1998).

Les bénéfices retirés des ressentis corporels et proprioceptifs constituent un apport à la fois scientifique[223] et pratique. En effet, la compréhension de son expérience proprioceptive apparaît essentielle pour atteindre une performance experte en ski de bosses, et ce, pour deux raisons. Tout d'abord, le ressenti proprioceptif leur procure une rétroaction sur le contrôle de leur exécution technique en ski et en sauts. Selon leur ressenti, ils décodent la qualité de leur exécution. Le bénéfice retiré du développement du sens aérien est notamment évoqué. En effet, pour certains skieurs, le développement du sens aérien (orientation spatiale) est critique dans l'exécution d'un saut puisqu'il leur permet de déterminer leur position dans l'espace en relation

---

[222] Dans certains manuels de psychologie du sport, l'esthétisme/chorégraphie fait partie de l'habileté stratégique.

[223] Cette composante de la pratique sportive est généralement absente des manuels de psychologie du sport.

avec un point de référence (la zone d'atterrissage du saut). De cette manière, il est possible pour eux d'orienter leur mouvement afin de produire leur saut et d'atterrir sur leurs pieds (Tchórzewski et al., 2011). Ensuite, les skieurs de bosses visionnent leurs performances en gardant en tête leur ressenti proprioceptif. De cette façon, ils combinent leurs sensations à la forme corporelle perçue et correspondante. L'identification de cette combinaison sensation-esthétisme favorable porte le skieur à vouloir ressentir cette sensation lorsqu'il skie et lorsqu'il saute. De cette manière, il favorise la possibilité d'être évalué favorablement par les juges. Cette compréhension du ressenti proprioceptif influe donc sur la performance menant au statut d'expert en ski de bosses. Enfin, l'expérience de plaisir suivant la construction de sauts permet au skieur de comprendre la relation entre l'agréabilité de sauter (le ressenti proprioceptif) et les angles du saut. Ce bénéfice retiré influence d'ailleurs la pratique institutionnelle d'un skieur qui, en compétition, choisit la ligne de bosses à skier selon les angles des sauts.

Enfin, à ces six habiletés critiques s'ajoute les bénéfices portant sur la performance globale, c'est-à-dire être un meilleur skieur techniquement, physiquement, mentalement, stratégiquement, esthétiquement et proprioceptivement. Ces bénéfices sont principalement évoqués par les quatre skieurs experts, et ce, possiblement parce qu'ils maîtrisent aujourd'hui les diverses habiletés constitutives de la performance experte (Balyi et al., 2005; Sosniak, 1985b) et que leur attention est présentement focalisée sur la performance. Les bénéfices retirés du dépassement de la performance d'un coéquipier et/ou d'un parent et le développement d'une identité de skieur et de sauteur sont joints à l'habileté critique de performance globale.

Dans un deuxième temps, cette quatrième partie de la thèse avait aussi pour enjeu d'établir si une adéquation existait entre les désirs identifiés dans la troisième partie de la thèse et les bénéfices identifiés dans cette partie. Les analyses portant sur

l'adéquation entre le désir, l'activité(s) privée(s) et le(s) bénéfice(s) révèlent que les bénéfices satisfont les désirs du skieur. Ces satisfactions se traduisent, selon les évocations des skieurs, de deux manières : 1) par une correspondance exacte entre la nature du désir et la nature du bénéfice ; 2) par un désir général (ex. essayer un nouveau saut) qui entraîne un bénéfice précis (ex. développement du sens aérien). Par exemple, les skieurs visionnent les vidéos d'eux-mêmes pour identifier leurs erreurs et leurs succès et ils obtiennent pour bénéfice l'identification des correctifs devant être travaillés en milieu institutionnel ou lors d'une activité privée.

Enfin, selon le cadre théorique de l'enquête de Dewey (1938), l'individu choisit le moyen porteur de conséquences (Garrison, 1999) lui permettant d'atteindre la fin-en-vue (désir) qu'il s'est fixée. Il valorise donc le moyen pouvant entraîner les conséquences attendues qui sont celles valorisées ou appréciées (Anderson, 2014). Cette théorie propose que l'individu sache déjà les conséquences qu'il peut obtenir. Cette quatrième partie permet de dépasser le modèle de l'enquête de Dewey (1938) : les skieurs évoquent des bénéfices retirés qui ne sont pas reliés au désir (et à la fin-en-vue) à l'origine de son activité privée, indiquant ainsi que les skieurs obtiennent des bénéfices supplémentaires à ceux anticipés. Toutefois, ceux-ci sont intimement liés à l'artefact utilisé et à son appropriation par le skieur. Par exemple, le trampoline offre une multitude de possibilités au skieur : il peut imiter une Coupe du monde, essayer de nouveaux sauts, améliorer ses sauts, obtenir une appréciation affective et esthétique de son parent juge, etc. Ainsi, les futures recherches doivent considérer les moyens (activités privées) et leurs bénéfices pour comprendre l'acquisition de l'expertise, car « une action dont on ne considère pas les conséquences ne nous livre en elle-même aucun enseignement. Et les conséquences sont dépourvues de signification tant qu'elles ne sont pas rapportées à l'action qui en est l'origine » (Saint-Germier et Truc, 2005, p. 83).

4.5.1. Les bénéfices retirés des artefacts vidéos et d'imagerie mentale contribuent au développement de l'expertise et du talent en ski de bosses

L'étude des bénéfices retirés de la conduite des activités privées révèle que l'atteinte d'un statut de skieur de bosses experts ou prometteurs repose sur la possession d'habiletés techniques, stratégiques, physiques, mentales, esthétiques et proprioceptives. L'identification de ces différentes habiletés les rend critiques à la culture sportive spécifique du ski de bosses puisque leur combinaison permet également l'obtention de bénéfices portant sur la performance globale.

Les activités privées motrices permettent aux skieurs de retirer des bénéfices modifiant instantanément leur habileté critique. A contrario, les bénéfices retirés des activités privées réflexives modifient la représentation mentale de l'habileté, qui elle peut devenir modifiée une fois le skieur en action, et ce, tout particulièrement avec la vidéo et l'imagerie mentale.

4.5.2. Les bénéfices retirés du visionnement de vidéos de soi et des autres

Les skieurs de bosses évoquent retirer de leur activité privée de visionnement de vidéos des bénéfices similaires à ceux reconnus par Ericsson : le visionnement de vidéos permet l'observation des experts actuels ou passés, de se comparer avec ceux-ci et d'imiter leurs gestes et leur performance (Ericsson, 1996; Ericsson et Charness, 1994). Ces pratiques affinent la représentation mentale des apprentis et améliorent, par la suite, l'habileté visée (Ericsson, 1997).

Ces résultats constituent une avancée dans la recherche sur l'utilisation de la vidéo en milieu sportif, et ce, pour quatre raisons. Premièrement, nos résultats appuient la

reconnaissance de l'observation des autres et du visionnement de vidéos dans l'acquisition et l'exécution d'habiletés motrices (Cumming, Clark, Ste-Marie, McCullagh et Hall, 2005). À la différence de la recherche de Hars et Calmels (2007) qui indique que les athlètes s'observent soi-même sur vidéo avec des buts en tête : améliorer leur auto-évaluation et la réalisation de leur exécution motrice et de la recherche de Cumming (Cumming et al., 2005) qui mesure la fonction de l'observation, c'est-à-dire la cible de l'observation ou le résultat désiré de l'observation d'un modèle (fin-en-vue chez Dewey) et non les résultats de l'observation, nous avons eu accès aux bénéfices réels – c'est-à-dire tel que reconnu par les skieurs eux-mêmes – liés au visionnement de vidéos en contexte d'activités privées. Les skieurs reconnaissent au visionnement de vidéos de soi et des autres un apport dans l'amélioration de leur exécution motrice non seulement par l'identification de leurs succès/erreurs et de leurs causes, mais également par la prise de conscience des régularités de leurs succès/erreurs et par l'observation de modèle d'exécution. L'amélioration de la représentation cognitive des habiletés motrices par l'observation et le visionnement de vidéos est reconnue dans la littérature (Bandura, 1986). L'observation de soi et/ou d'un modèle favorise l'apprentissage et la production de coordination nouvelle ou non-familière (Boyer, Miltenberger, Batsche et Fogel, 2009; Maryam, Yaghoob, Darush et Mojtaba, 2009; Sanchez et Dauby, 2009; Ste-Marie et al., 2012). Les désirs et les bénéfices associés au visionnement de vidéos de soi et des autres évoluent simultanément au cours de la carrière sportive, selon les enjeux sportifs (Balyi et al., 2005; Bloom, 1985a; Côté, 1999) et les situations qu'ils rencontrent (Dewey, 1938) dans leur quotidien de skieurs de bosses. En effet, les skieurs regardent en plus grand nombre des vidéos des autres lorsqu'ils sont sur l'ÉR et ils identifient leurs erreurs et leurs succès lorsqu'ils se regardent. Le cadre de Bruner (1983a) permet d'expliquer ces constats : 1) il est «plus facile de reconnaître en premier ce qui «va bien» que d'accomplir le programme d'action pour le produire» (p. 271) ; 2) le novice doit «être capable de reconnaître une solution d'une classe déterminée de problèmes avant d'être capable lui-même de produire les

démarches qui y conduisent sans aide» (Bruner, 1983a, p. 263). Il ajoute que cette compréhension précédant la production repose sur la connaissance de la relation entre les moyens et les fins permettant ainsi de tirer profit de la connaissance des résultats[224].

La présence de bénéfices motivationnels et de gains dans la confiance corrobore également l'apport de l'observation dans l'atteinte d'un niveau optimal d'activation et d'état mental pour réaliser une performance motrice (Cumming et al., 2005).

Deuxièmement, les skieurs de bosses visionnent des vidéos pour associer les sensations éprouvées à l'image projetée. De cette manière, ils identifient la présence ou l'absence d'une unité parfaite entre « ce que le sujet sent qu'il a fait et l'image visuelle de ce qu'il veut faire » (Cadopi, 1995, p. 238). Cette utilisation de la vidéo permet au skieur de comprendre l'image qu'il projette lorsqu'il saute et qu'il skie. Ce bénéfice apparaît critique puisque le ski de bosses est un sport jugé. Ces bénéfices précisent la définition de la fonction stratégique de l'observation (Cumming et al., 2005).

Troisièmement, les skieurs visionnent à la fois des vidéos de skieurs de la Coupe du monde parce qu'ils constituent des modèles d'exécution, mais également parce que ces vidéos leur procurent des informations sur la piste (ex. l'inclinaison de la pente). Cette prise de conscience permet aux skieurs de préparer leur stratégie de course, complexifiant ainsi la fonction stratégique identifiée dans la littérature (Cumming et al., 2005).

---

[224] L'extrait suivant illustre bien comment une skieuse n'arrivant pas à exécuter la bonne technique doit la reconnaître chez une autre skieuse : « Je regarde des vidéos des autres quand je veux corriger quelque chose que moi je ne suis pas capable de faire, quand je suis pas capable de le faire je ne peux pas regarder le mien parce que je ne suis pas capable, fait que je regarde le vidéo de quelqu'un d'autre (ÉNC10F, 572) ».

4.5.3. Les bénéfices retirés des activités privées d'imagerie mentale

Les skieurs reconnaissent aux activités privées d'imagerie mentale une facilitation dans l'exécution de la motion visualisée. Actuellement, trois théories se démarquent dans l'explication de l'efficacité de l'imagerie mentale chez les athlètes (Cox, 2005). La première est la théorie *psychoneuromusculaire*. Elle soutient que l'imagerie « produit une activité neuromusculaire subliminale identique à celle qui caractérise les véritables mouvements » (Cox, 2005, p. 222). Le système musculaire s'entraînerait à « effectuer » le mouvement sans utiliser réellement les muscles et permettrait au cerveau de développer un schéma moteur pour réaliser une tâche particulière. Selon Cox (2005), la théorie psychoneuromusculaire est la plus plausible quant à l'explication de la facilitation de la performance physique et de l'apprentissage par l'imagerie mentale. La deuxième théorie est la théorie de *l'apprentissage symbolique*. Elle fait l'hypothèse que « la pratique mentale et l'imagerie fonctionnent parce que la personne programme littéralement ses actions à l'avance » (Cox, 2005, p. 222). L'imagerie mentale permettrait aux séquences motrices, aux buts liés à la tâche et aux alternatives d'être envisagés tout d'abord du point de vue cognitif, pour ensuite amener une réponse physique (Cox, 2005). Selon cette théorie, l'imagerie permettrait à l'athlète d'augmenter ses chances de prendre la bonne décision et de réussir l'exécution du mouvement choisi (Cox, 2005). La dernière théorie est la théorie de la *détermination de l'attention et de l'éveil* (Cox, 2005). Elle postule que l'imagerie servirait à améliorer la performance de deux façons, soit en aidant l'athlète à ajuster son niveau d'éveil pour réaliser une performance optimale (ajustement physiologique), soit en facilitant sa concentration sur la tâche à accomplir (ajustement cognitif).

Ainsi, les bénéfices retirés (ex. le développement de la représentation mentale de l'habileté) du visionnement de vidéos et de l'imagerie mentale soulèvent l'importance d'investir ces activités privées et non de se limiter aux activités privées motrices.

4.6. Conclusion

Cette quatrième partie de la thèse avait pour premier enjeu de contribuer à l'avancement des connaissances scientifiques en étudiant les bénéfices retirés des activités privées menées au sein de la culture sportive spécifique du ski de bosses au Québec et au Canada. Ce faisant, l'identification des bénéfices retirés traduit le point de vue et l'expérience de skieurs de bosses experts et prometteurs provenant de cette culture.

Bien qu'un grand nombre de bénéfices retirés soient évoqué par un seul skieur, nous avons réussi à les inclure dans ces six catégories d'habiletés critiques à la performance en ski de bosses : les habiletés techniques, stratégiques, physiques, mentales, esthétiques et proprioceptives. Celles-ci sont critiques parce qu'elles se révèlent de grande importance dans l'accès à l'expertise caractéristique de la culture sportive spécifique du ski de bosses selon l'appréciation qu'en font les skieurs de bosses experts et prometteurs.

Elles sont également critiques puisque la possession de celles-ci permet l'obtention de bénéfices portant sur la performance globale. Cette démarche d'identification des bénéfices retirés a permis de rendre compte de la contribution effective des activités privées dans le développement de l'expertise et du talent en ski de bosses. Cette typification des habiletés critiques au ski de bosses procure ainsi une ressource pour les pratiquants comme pour les entraîneurs et les professionnels les accompagnant.

Ensuite, les analyses portant sur l'adéquation entre le désir, l'activité(s) privée(s) et le(s) bénéfice(s) révèlent que les bénéfices satisfont les désirs du skieur. De plus, les skieurs évoquent des bénéfices retirés qui ne sont pas reliés au désir (et à la fin-en-vue) à l'origine de son activité privé, indiquant ainsi que les skieurs obtiennent des bénéfices supplémentaires à ceux anticipés. Ces bénéfices supplémentaires relèvent particulièrement de l'apprentissage implicite et de l'artefact utilisé dans l'activité privée. En effet, les artefacts offrent une multitude de possibilités d'activités privées.

Le skieur de bosses ÉNA3H, actuellement l'un des meilleurs skieurs de bosses sur le circuit international, est celui ayant évoqué le plus de bénéfices retirés (tout comme il est celui ayant conduit la plus grande variété d'activités privées). Ainsi, rendre visible ce qu'il a accompli dans la sphère privée permet d'obtenir un portrait des habiletés critiques caractérisant l'un des meilleurs du sport. De cette manière, les skieurs de bosses aspirant à dépasser la performance d'ÉNA3H doivent posséder, minimalement, ces habiletés critiques.

Pour conclure, les bénéfices retirés des activités privées permettent au skieur de posséder des habiletés critiques au ski de bosses, lui permettant ainsi d'offrir une performance correspondant aux définitions scientifiques de l'individu expert et talentueux. Pour une large part, ces habiletés critiques sont individuées, en ce qu'elles satisfont des bénéfices orientés par la satisfaction de leurs désirs, leurs sensibilités à et de leur modèle de performance idéale. Ceci signifie que l'atteinte de l'expertise et du talent en ski de bosses repose sur l'acquisition d'habiletés critiques, mais que celles-ci s'insèrent dans une cohérence regroupant les désirs, les artefacts, les catégories d'étayage, la sensibilité à et le modèle de performance idéale d'un skieur particulier.

PARTIE 5

DISCUSSION ET CONCLUSION GÉNÉRALE

> *Tu prends le ski de bosses comme une tâche. Comme vraiment, la descente du ski de bosses, c'est une tâche. 30% de cette tâche-là se fait dans la piste, mais le 70% restant de cette tâche se fait en dehors de la piste (429).*
>
> *ÉQ14H – À propos de la nécessité des activités privées pour devenir un champion en ski de bosses*

Cette recherche doctorale portait sur le développement de l'expertise et du talent de skieurs de bosses experts et prometteurs. Selon le cadre théorique d'Ericsson (Ericsson et al., 1993), l'expertise s'acquiert au moyen de pratiques délibérées menées entre deux cours institutionnels. Nous avons investigué l'ensemble des situations d'apprentissage menées en dehors de l'institution sportive (équipes de ski de bosses) et comment celles-ci ont contribué au développement de leur expertise. Pour étudier ces situations d'apprentissage, nous avons proposé le concept d'activité privée, c'est-à-dire, entre autres, une activité constituée d'une série d'actes transformant continuellement le présent (Mayhew et Edwards, 2007) et reposant sur la relation dialectique entre un sujet et un objet (Hasan et Kazlauskas, 2014) ayant lieu dans un espace de vie privée où les individus sont autonomes (Cabanes et Georges, 2009) et maîtres de l'interdire à autrui (Beignier, 1997).

Ce choix d'étude reposait à la fois sur des enjeux scientifiques et pratiques, mais également sur mon expérience de compétitrice et d'entraîneure – j'ai observé que les skieurs conduisent des entraînements en dehors de l'institution et qu'un skieur dominait en compétition, et ce, malgré sa participation aux mêmes entraînements que

ses coéquipiers – et sur quatre propositions provenant de la littérature scientifique sur le développement de l'expertise et du talent en sport et dans d'autres domaines.

1. Les pratiques et les jeux menés hors des institutions et tout au long de la carrière contribuent à l'acquisition de l'expertise

Ericsson (Ericsson, 2009; Ericsson et al., 1993; Starkes et Ericsson, 2003) affirme que l'expertise s'acquiert par la pratique délibérée et Côté et ses collègues (Côté et al., 2013, 2014) proposent quatre activités prototypiques menant au développement du talent en sport : la pratique délibérée (au sens d'Ericsson), le jeu délibéré, la pratique spontanée et le jeu comme pratique.

Parmi ces pratiques et ces jeux, seuls la pratique délibérée et le jeu délibéré ont été étudiés. L'acquisition de l'expertise résulterait d'une accumulation de pratiques délibérées et de jeux délibérés au cours de 10 années (Baker et al., 2003; Catteeuw et al., 2009; Memmert et al., 2010) ou 10 000 heures (Catteeuw et al., 2009; Cumming, Clark, et al., 2005; Hayman et al., 2011; Hodges et al., 2004; Johnson, Tenenbaum et Edmonds, 2006; MacMahon et al., 2007; Memmert et al., 2010; Nordin et al., 2006), indiquant ainsi que l'étude de l'expertise doit porter sur l'ensemble de la carrière sportive.

2. La qualité des pratiques et des jeux déterminerait leur contribution au développement de l'expertise

La quantité accumulée de pratiques délibérées ne garantit pas l'atteinte de l'expertise (Baker et al., 2003; Catteeuw et al., 2009; Hayman et al., 2011; Johnson et al., 2008). Ce serait plutôt la qualité des pratiques délibérées qui serait significative dans le

développement de l'expertise (Miksza, 2011). Toutefois, cette avenue de recherche est, à notre connaissance, non investiguée à ce jour.

Pour ces raisons, les études doivent désormais accéder à la qualité de l'activité puisque la quantité n'existe pas seule : « la quantité c'est la qualité niée, mais non la qualité supprimée » (Canguilhem, 2007, p. 66).

3. Les athlètes présentent des trajectoires différentes dans l'atteinte de l'expertise

Certains athlètes mènent les mêmes pratiques délibérées, mais diffèrent par les performances atteintes (Johnson et al., 2008). Cette différence est attribuable à des influences autres que la pratique délibérée (Baker et Horton, 2004; Johnson et al., 2008), tels les soutiens familiaux, amicaux et d'équipe. En effet, selon Den Hartigh, Van Dijk, Steenbeek et Van Geert (2016), l'atteinte de l'expertise relève d'interactions complexes et dynamiques entre l'individu et l'environnement, qui justifient la présence de parcours développementaux variés pour un même niveau d'expertise. Le modèle proposé par ces auteurs considère une pluralité de variables provenant de sources externes/internes qui s'influencent positivement/négativement, et ce, directement ou indirectement, et dont la relation est asymétrique ou symétrique. L'impact de chaque variable dépend de la nature des interactions, enfin, certaines variables peuvent apparaître ou disparaître. Il en résulte que chaque athlète possède un profil idiosyncrasique et caractéristique de son parcours.

4. Chaque sport constitue une culture sportive spécifique

Selon Darbon (2002), il existe autant de cultures sportives que de pratiques sportives différenciées, mises en évidence par l'identification des *invariants* ou des *universaux* culturels spécifiques de chaque sport, quel que soit le contexte culturel local de

réception. La culture sportive spécifique est une « combinaison spécifique de pratiques, de comportements, de rapport au corps et de systèmes de valeurs caractéristiques du groupe des pratiquants d'un sport donné » (Darbon, 2002, p. 4). Darbon (2002) souligne cependant que « la souplesse et la perméabilité des cultures sportives (comme celles de toutes formes de cultures), d'une part les soumettent aux influences du temps qui passe, et d'autre part donnent nécessairement lieu à des réinterprétations de ces configurations culturelles en fonction des *contextes* au sein desquels elles sont immergées : on assiste alors à un jeu dialectique complexe entre la dimension universelle et la dimension contextuelle des cultures sportives » (p.6). Ainsi, la pratique du ski de bosses est probablement différente au Canada, en Russie et au Kazakhstan. L'acquisition de l'expertise en sport est donc immergée dans un contexte culturel local qui module la culture sportive spécifique.

Cette problématisation inscrit donc la thèse dans une démarche de recherche appliquée et de recherche ethnographique. À partir de mon expérience de compétitrice et d'entraîneure, des propositions provenant de la littérature et de la proposition du concept d'activité privée, j'ai mené dix-sept entretiens rétrospectifs auprès de skieurs de bosses experts et prometteurs provenant de la province de Québec (Canada) avec les deux questions suivantes : *Quelles activités privées les skieurs de bosses experts et prometteurs ont-ils menées au cours de leur carrière sportive et comment celles-ci ont-elles contribué, selon eux, au développement de leur expertise* ? Les entretiens ont fait l'objet de plusieurs analyses dont les résultats ont été présentés au sein de quatre parties :

1. Partie 1 : L'identification des activités privées menées au cours du développement sportif en ski de bosses : étude auprès de skieurs québécois experts et prometteurs ;
2. Partie 2 : La contribution des différents systèmes écologiques dans le choix, la mise en place et le déroulement des activités privées ;

3. Partie 3 : L'étude du processus délibératif et du processus de valorisation soutenant le choix de l'activité privée à mener par le skieur de bosses ;
4. Partie 4 : La contribution des activités privées au développement de l'expertise et du talent en ski de bosses : bénéfices perçus par les skieurs.

Les résultats obtenus au cours de ces quatre parties de la thèse sont résumés dans la section suivante, débutant par la présentation de la catégorisation des activités privées selon les pratiques et les jeux identifiés dans la littérature sur le développement de l'expertise, du talent et de l'enfant et terminant par la remise en question des cadres théoriques d'Ericsson et de Côté au vu des résultats explicatifs de la pertinence et de la contribution des activités privées dans l'acquisition de l'expertise en ski de bosses.

5.1. Les skieurs de bosses experts et prometteurs ont conduit une variété d'activités privées fluctuant au cours de leur carrière sportive

Premièrement, les skieurs de bosses experts et prometteurs ont mené une variété d'activités privées (Figure 5.1) (Partie 1).

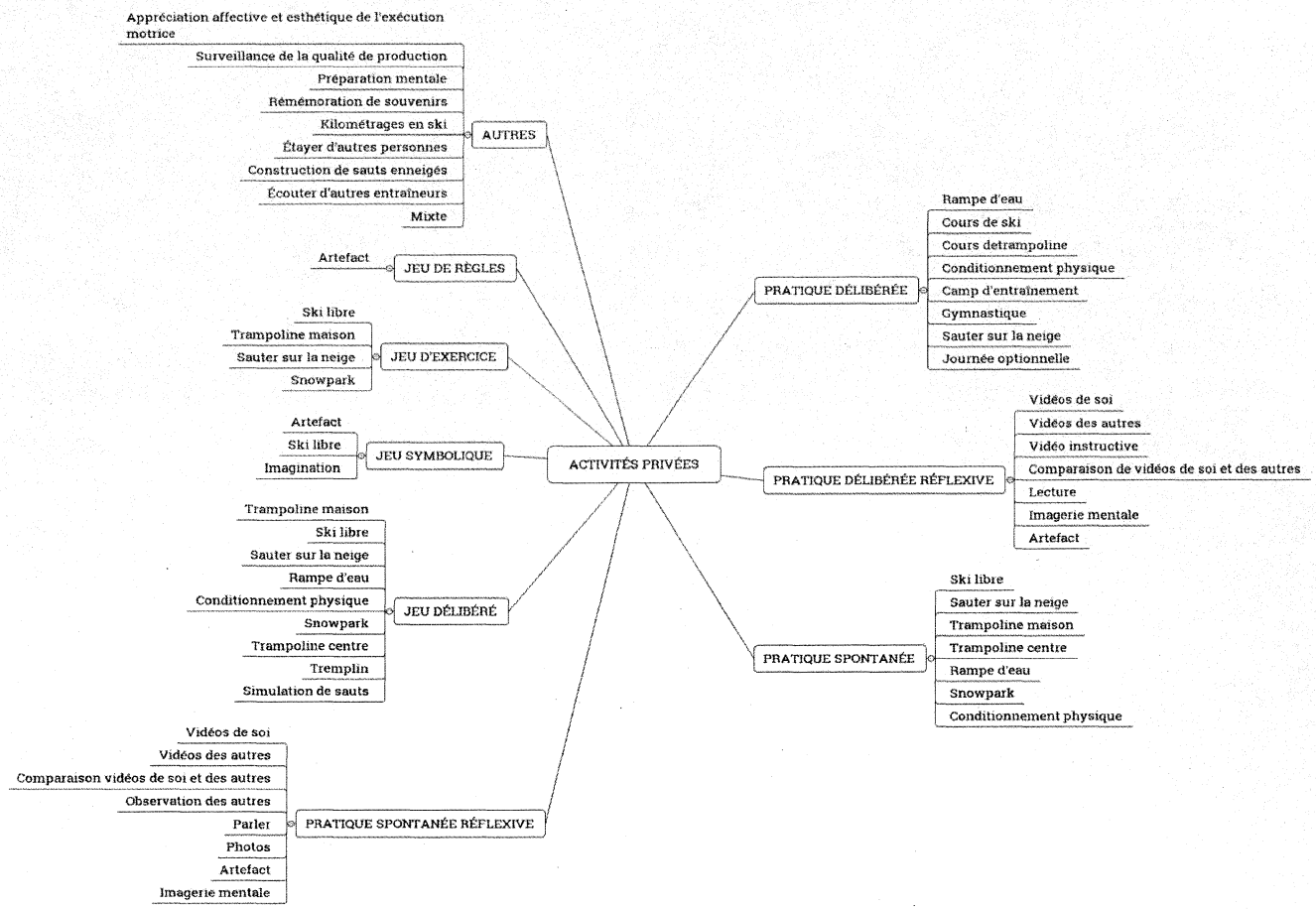


Figure 5.1. Panorama des activités privées évoquées par les skieurs de bosses

Deuxièmement, la fréquence d'évocation varie selon deux éléments : les catégories d'activités privées et les équipes de ski de bosses. Tout d'abord, les activités privées "Autres" sont les plus fréquemment évoquées, suivies de la pratique spontanée réflexive, de la pratique délibérée, de la pratique spontanée, du jeu délibéré, de la pratique délibérée réflexive, du jeu d'exercice, du jeu symbolique et du jeu de règles (Partie 1). Ensuite, la quantité et la variété d'activités privées évoquées déclinent au fur et à mesure de la transition d'une équipe de bosses à l'autre, à l'exception des pratiques réflexives (délibérées et spontanées) qui augmentent lors de l'ÉQ. La fluctuation des catégories d'activités privées repose notamment sur la disponibilité des ressources environnementales et sociales, mais également selon le contexte spatio-temporel, dont la prise en charge des activités privées par les équipes de ski de bosses (Partie 2).

Troisièmement, l'évocation de certaines catégories d'activités privées et leur présence à divers moments de la carrière sportive caractérisent les skieurs de bosses experts. L'évocation de jeu symbolique caractérise les meilleurs skieurs de bosses selon le classement hiérarchique en vigueur au moment des entretiens. La mise en place précoce de pratiques délibérées visant l'amélioration de la condition physique est repérée chez les meilleurs skieurs de bosses. La présence de pratiques délibérées pérennes (trampoline et conditionnement physique) est notée chez deux des meilleurs skieurs et l'évocation de pratiques délibérées réflexives pérennes de visionnement de vidéos de soi est présente chez quatre skieurs de bosses experts. Ces résultats confirment la présence continue de pratiques délibérées chez les athlètes ayant atteint l'expertise (Ericsson et al., 1993). Le skieur ÉNA3H est le seul skieur ayant mené l'ensemble des catégories d'activités privées et il est celui ayant évoqué avoir réalisé le plus grand nombre d'activités privées. Ce dernier résultat est d'autant plus significatif que ce skieur est actuellement l'un des tous meilleurs.

Quatrièmement, les parcours de skieurs de bosses experts et prometteurs relèvent des interactions complexes et dynamiques entre la présence de pratiques et de jeux, qui sont étayés directement ou indirectement par les entraîneurs, la famille (parents et fratrie) et les coéquipiers (Partie 2). L'ensemble de ces étayages est considéré par les skieurs comme contributif à l'acquisition de leur expertise.

Cinquièmement, la présence et la fluctuation des activités privées relèvent également des désirs, de situations indéterminées et de fins-en-vue du skieur et de leur valorisation d'activités privées particulières (Partie 3). Certains skieurs désirent résoudre des problèmes lorsqu'ils éprouvent des difficultés en entraînement ou en compétition. Pour ce faire, ils choisissent les activités privées "Pratiques spontanées réflexives – Vidéos des autres» pour mener une enquête afin d'identifier les plans d'action (ex. corrections de l'exécution motrice) à conduire pour rétablir ou accroître leur performance.

Sixièmement, un même artefact, tels le trampoline, la rampe d'eau ou la neige, sert à une variété de pratiques, de jeux et d'activités privées. Par exemple, le skieur peut mener une pratique spontanée, un jeu délibéré et un jeu d'exercice sur son trampoline dans sa cour et ceux-ci permettent le développement d'une même habileté critique à la performance (ex. le développement du sens aérien) (Partie 4).

La catégorisation des activités privées, selon les cadres théoriques d'Ericsson, Côté, Piaget (Côté et al., 2013, 2014; Ericsson et al., 1993; Piaget, 1945) et notre proposition de pratique spontanée réflexive, a rencontré les neuf difficultés suivantes:

1. Un grand nombre de pratiques et de jeux présente des éléments en contradiction interne avec les critères les caractérisant (Partie 1) (Côté et al., 2013, 2014) ;

2. Les skieurs mobilisent un discours technique lors de la mise en place de leurs pratiques spontanées, et ce, sans référence à l'entraîneur. Ce discours technique s'apparente à celui de l'entraîneur, puisqu'il est composé de prescriptions d'exécution et de moyens de régulation de l'exécution. Ainsi, il devient difficile de distinguer la pratique spontanée de la pratique délibérée (Partie 1 et 2) ;
3. Certains parents, un frère/une sœur et des coéquipiers possèdent des connaissances équivalentes et/ou supérieures à celles de certains entraîneurs (Partie 1 et 2). Ce constat contredit l'un des critères de la pratique délibérée (Côté et al., 2013; Ericsson et al., 1993) ;
4. L'entraîneur, le coéquipier, le parent et le frère/la sœur offrent des étayages similaires. Ces constats remettent donc en doute l'affirmation que seuls les enseignements d'un professeur expert permettent l'accès à l'expertise (Ericsson, 1996, 1998 ; Ericsson et al., 1993) (Partie 2) ;
5. Les catégories d'étayage décrivant la pratique (ex. l'enseignement) et le jeu (ex. l'émulation) caractérisent autant les entraîneurs, les parents, la fratrie et les coéquipiers (Partie 2). Ainsi, les catégories d'étayage dépassent les aides attendues des membres de l'entourage social (Côté, 1999; Côté et al., 2013; Ericsson, 1998) ;
6. Les pratiques et les jeux ne forment pas des catégories disjointes. Certaines activités évoquées présentent des éléments qui répondent aux critères de plus d'une catégorie de pratique et/ou de jeu (activités privées "Autres – Mixte") (Partie 1) ;
7. Dans certains cas, les "Pratiques spontanées réflexives – Vidéos des autres" prennent la forme d'enquête visant la correction des difficultés (habiletés critiques à la réussite) affectant leur performance (Partie 3). Ce constat contredit la définition de la pratique spontanée de Côté (Côté et al., 2013) qui stipule que la pratique spontanée est produite de façon sporadique par l'enfant lui-même ou lors d'occasions de rassemblement entre enfants (Côté et al., 2013) et elle n'est pas systématiquement ou pédagogiquement planifiée (Côté et al., 2014) ;
8. Les catégories de pratiques et certaines catégories de jeux ont pour origine des désirs orientés vers l'amélioration de la performance. Toutes les catégories d'activités privées ont à l'origine des désirs orientés vers l'expérience affective (Partie 3). De plus, certains skieurs ont conduit des pratiques délibérées, des pratiques spontanées, des jeux d'exercice, des pratiques réflexives et des activités privées "Autres" pour atteindre une

fin-en-vue spécifique (ex. lire un livre sur la technique de base en ski de bosses pour construire des activités privées de conditionnement physique adaptées au ski de bosses). Ainsi, la classification des activités privées selon les deux pôles de l'axe de « valeur personnelle » (plaisir vs amélioration de la performance) attribuée à l'activité privée est insuffisante pour rendre compte des valeurs relatives (jugement de valeur) et des valeurs en soi (sensibilité à) attribuées à ces activités privées ;

9. Finalement, le découpage des activités privées selon la direction de l'activité exercée par l'adulte (entraîneur/parents) ou par l'enfant (athlète/coéquipiers/fratrie) et la valeur personnelle de l'amélioration de la performance ou de l'expérience de plaisir est insuffisant pour rendre compte de l'apport de la structure sociale et des valeurs dans l'acquisition de l'expertise.

Les activités privées menées par les skieurs de bosses se révèlent donc plus complexes que les pratiques et les jeux répertoriés dans la littérature sur le développement de l'expertise, du talent et de l'enfant. La pertinence et la contribution des activités privées doivent plutôt, au vu de notre étude, être envisagées à partir de quatre résultats : 1) les activités privées reposent sur l'adéquation entre les exigences motrices et techniques du sport et la dimension universelle de la culture sportive spécifique ; 2) la présence de catégories d'étayage variées favorise le développement d'habiletés critiques à la performance ; 3) les activités privées menées sont valorisées dans une perspective pragmatique ; 4) les activités privées et les catégories d'étayage sont en cohérence avec la sensibilité à et le modèle de performance idéale du skieur. Ces quatre résultats mènent à une modélisation du concept d'activité privée pour étudier le développement de l'expertise en sport.

5.2. La pertinence et la contribution des activités privées dans l'acquisition de l'expertise en ski de bosses

5.2.1. Les activités privées reposent sur l'adéquation entre les exigences motrices et techniques du sport et la dimension universelle de la culture sportive spécifique

Le ski de bosses est une discipline sportive qui requiert une motricité concrète : les skieurs doivent être en mesure de s'adapter aux conditions environnementales (ex. la qualité de la glisse sur la neige) et une motricité morphocinétique, c'est-à-dire qu'ils doivent exécuter avec leur corps une figure qui sera appréciée visuellement par des juges selon un standard de référence (Cadopi, 1995). En conséquence, les skieurs doivent avoir non seulement une représentation de la figure à produire, et ce, avant son exécution, mais également une unité parfaite entre « ce que le sujet sent qu'il a fait et l'image visuelle de ce qu'il veut faire » (Cadopi, 1995, p. 238).

Ainsi, lors de leurs activités privées, les skieurs ont employé l'artefact le plus représentatif de la motricité concrète : la neige. Ils ont donc mobilisé la motricité concrète en skiant (ski libre ou cours de ski) et en sautant (saut enneigé fait par les skieurs eux-mêmes ou un saut dans un snowpark) (Partie 1). Les étayages d'émulation, d'obéissance à l'aîné et de co-action favorisent également cette motricité puisque le skieur doit ajuster sa conduite selon l'environnement physique (neige mouillée ou glacée) et social, qui comprend les performances de ses coéquipiers et/ou de son parent (Partie 2). En travaillant cette motricité, les skieurs sont amenés à développer des moyens de régulation de leur propre activité. Par exemple, un skieur régule le déroulement de ses activités privées au moyen de ses sensations proprioceptives (Parties 2 et 3) et un skieur reconnaît comme bénéfice l'acquisition des bonnes sensations proprioceptives lors de ses virages en ski (Partie 4).

Ensuite, lors de leurs activités privées, les skieurs ont employé des artefacts leur permettant de mobiliser la motricité concrète et la motricité morphocinétique : ils ont sauté sur le trampoline (à la maison, dans un centre de gymnastique ou aux rampes d'eau), ils ont sauté sur la rampe d'eau, ils ont modifié leur conditionnement physique au gymnase, ils ont manipulé des artefacts (ex. la représentation de skieurs par des crayons et des poupées) et une skieuse a effectué des sauts lors de ses cours de gymnastique. Contrairement à la neige qui change selon la température et le passage des skieurs, ces artefacts sont statiques, tout en requérant tout de même du skieur qu'il régule son mouvement selon son positionnement spatialement localisé et les propriétés de l'environnement (ex. la distance au sol).

Les skieurs ont également employé des artefacts en relation avec leur représentation mentale de la motricité morphocinétique : ils ont visionné des vidéos (de soi et des autres), ils ont réalisé des imageries mentales, ils ont évalué leur performance selon le point de vue des juges et un skieur a lu des livres sur le ski de bosses (Partie 1).

Les étayages d'identification des erreurs (parents) et de co-analyse (parents) offrent un guidage de la motricité morphocinétique tout comme les étayages d'appréciation affective et technique et d'observation et de prescriptions (Partie 2).

L'étayage d'appréciation affective et technique et l'étayage de co-analyse, fournis par les parents juges, rendent compte de la dimension universelle de la culture sportive spécifique du ski de bosses puisque ces étayages reposent sur les critères de jugements de la Fédération internationale de ski (FIS) (Partie 2). De même, les skieurs de bosses visionnent leur propre performance afin d'obtenir la perspective évaluative des juges sur leurs descentes (Partie 4). D'autres emploient la feuille de pointage des juges pour déterminer le modèle d'exécution motrice (ex. un modèle de backflip possédant le plus haut pointage) à regarder sur vidéo (Partie 2). Certains

skieurs régulent le déroulement de leurs activités privées en visualisant sur vidéo leur motion et/ou en évaluant si leur exécution motrice correspond au modèle de performance idéale qu'ils possèdent (Parties 2 et 3).

Les activités privées des skieurs de bosses sont donc en adéquation avec les exigences motrices et techniques de leur sport et la dimension universelle de la culture sportive spécifique. Ce résultat enrichit les connaissances actuelles sur les activités contributives au développement de l'expertise en sport et renforce les constats suivants : la pertinence des pratiques dans l'amélioration des habiletés critiques est intimement liée aux types de sports étudiés (Baker et al., 2003, 2005; Berry et al., 2008; Côté et al., 2003; Helsen, Starkes et Hodges, 1998; Hodge et Deakin, 1998; Hodges et al., 2004) et le transfert des habiletés d'un sport à l'autre dépend des similarités des activités avec la pratique sportive principale (Baker et al., 2005; Bullock et al., 2009; Ollis et al., 2006).

5.2.2. La présence de catégories d'étayage variées soutient le développement des habiletés critiques pour la performance du skieur

La variété des catégories d'étayage prodiguées par l'entourage social (entraîneur, parents, frère/sœur, coéquipier) appuie que les interactions complexes et dynamiques entre l'individu et son environnement soutiennent l'atteinte de l'expertise (Den Hartigh et al., 2016). Les skieurs de bosses dépassent ainsi leur niveau de développement actuel dès lors que les étayages se situent au sein de la zone proximale de développement (Vygotsky, 1985). Pour cela, chacun des étayeurs provenant de l'entourage social doit posséder une expertise valorisée par le skieur de bosses (Partie 2). Dans le cas où l'expertise en ski de bosses des membres de l'entourage est dévalorisée, ceux-ci n'étayent pas les activités privées du skieur (Partie 2).

La valorisation des entraîneurs privés repose sur leurs expériences antérieures de compétiteurs ou d'entraîneurs de l'ÉQ ou de l'ÉN. La valorisation des parents repose sur l'acquisition d'un statut de juges, leur passion pour le sport et leur capacité à distinguer les nuances explicatives de niveaux de performance experte en ski de bosses. La valorisation de l'étayage de la fratrie provient du partage d'une expérience similaire en ski de bosses et la reconnaissance de compétences techniques critiques. Le skieur de bosses valorise l'étayage de ses coéquipiers selon leur genre, le lien significatif existant entre eux et leur accessibilité. De plus, les coéquipiers peuvent offrir des étayages basés sur leur expérience commune d'une piste et de leurs sensations lorsqu'ils skient ou sautent. Ainsi, les skieurs peuvent tirer à la fois des étayages similaires et des étayages différents, chaque membre de l'entourage social possédant une expertise propre.

Ainsi, la présence d'une variété d'étayeurs dans la carrière de skieurs de bosses experts et prometteurs contredit l'acquisition de l'expertise à l'encadrement exclusif du professeur (entraîneur) (Ericsson, 1998, 2006, 2009; Ericsson et Charness, 1994; Ericsson et al., 1993; Krampe et Ericsson, 1996). Les modèles du développement du talent de Bloom (1985a) et de Côté (1999) sont, par contre, compatibles avec nos résultats. Ils s'avèrent plus judicieux pour l'étude de l'acquisition de l'expertise en sport puisqu'ils considèrent les parents et la fratrie (et les coéquipiers dans le modèle de Bloom).

5.2.3. Les activités privées menées sont valorisées

Lorsque les skieurs de bosses souhaitent résoudre des difficultés éprouvées sur la piste, apprendre un nouveau saut ou encore essayer de maîtriser une nouvelle habileté, ils cherchent des moyens pour atteindre leur fin-en-vue (Dewey, 1938) (Partie 3). Malgré les limites méthodologiques, nous avons identifié que certains

skieurs usent de leur jugement pratique et de leur jugement de valeur pour choisir l'activité privée à mener. Ils attribuent alors une valeur à un objet (ex. un artefact, une catégorie d'activité privée) sans valeur préalable (Dewey, 1915). Cette valeur repose sur la probabilité que cette activité privée permette la réalisation de leur désir et le rétablissement de la situation indéterminée en situation déterminée. Par exemple, pour résoudre des difficultés en entraînement ou en compétition, ils choisissent les activités privées de visionnement de vidéos et mènent une enquête sur les moyens (ex. corrections de l'exécution motrice) à mettre en place sur les pistes.

Les activités privées contribuent donc au développement de l'expertise par : 1) leur portée pragmatique dans une situation indéterminée et/ou dans la réalisation des désirs du skieur ; 2) la valeur leur étant attribuée pour atteindre une situation déterminée (fin-en-vue) et la réalisation des désirs.

5.2.4. Les activités privées et les catégories d'étayage sont en cohérence avec la sensibilité à et le modèle de performance idéale du skieur

Les activités privées menées et évoquées par les skieurs sont liées à leur sensibilité à (Partie 3). Celle-ci détermine le mode de perception, la manière de s'orienter et d'interagir avec les autres objets, événements ou personnes et oriente le choix des activités privées et des étayeurs permettant au skieur de développer, de manière délibérée ou non, son expertise. Par exemple, le skieur ÉNA3H présente une *sensibilité à l'excellence*, c'est-à-dire être excellent et valoriser l'excellence, et une norme d'activité d'*esthétisme parfait et appréciable des juges*, qui vise une maîtrise parfaite de l'exécution technique et la présentation d'un style de ski et de sauts appréciable par les juges. Cette sensibilité à et cette norme d'activité orientent le déroulement de ses catégories d'activités privées, les étayages dont il bénéficie et les bénéfices qu'il en retire (Partie 4).

Lors de leurs observations et de leurs visionnements des meilleurs skieurs de bosses de la Coupe du monde au moment où ceux-ci étaient membres de leur équipe régionale, huit skieurs experts et deux skieurs prometteurs se sont construits un modèle de performance idéale basé sur la valorisation des éléments techniques et esthétiques caractérisant ces skieurs d'exception (Partie 3). De cette manière, les skieurs de bosses choisissent le style de skieur de bosses (techniques de ski et de sauts) qui leur plaît (appréciation affective) (Partie 3). Ce modèle de performance idéale oriente le choix des activités privées et l'autorégulation de l'activité privée.

Ainsi, les activités privées évoquées par les skieurs de bosses sont intrinsèquement liées à *qui ils sont* comme pratiquant singulier du ski de bosses. C'est cette cohérence entre l'activité privée, l'étayage, les bénéfices, la sensibilité à et le modèle de performance idéale du skieur qui semble permettre l'atteinte de l'expertise. En effet, une telle cohérence est pleinement notable chez les trois meilleurs skieurs de bosses de cette étude.

Ces quatre résultats nous conduisent à proposer une modélisation du concept d'*Activité privée* pour étudier le développement de l'expertise en sport.

5.3. Modélisation du concept d'Activité privée pour étudier le développement de l'expertise

Notre conception initiale (dans l'introduction) des activités privées est désormais enrichie par les auteurs sollicités au cours de cette recherche doctorale, par les résultats que nous avons obtenus et par l'interprétation de la contribution et la pertinence des activités privées dans le développement de l'expertise et du talent en ski de bosses. Cet enrichissement permet d'opérationnaliser la définition du concept

d'activité privée pour l'étude du développement de l'expertise en sport. L'opérationnalisation du concept *d'Activité privée* repose sur l'actualisation de cinq composantes tributaires de trois paramètres influençant le choix, la mise en place et le déroulement de l'activité privée. Les cinq composantes constitutives de l'activité privée sont : la fin-en-vue (Partie 3), l'habileté critique (Partie 4), l'artefact (Partie 1), l'étayeur et la régulation (Partie 2). Les trois paramètres sont : l'athlète (sa sensibilité à et son modèle de performance idéale) (Partie 3), la situation spatio-temporelle (Parties 2 et 3) et les stades développementaux en sport (Parties 1 et 2). Les prochaines sections détaillent les cinq composantes et les trois paramètres.

5.3.1. La fin-en-vue, l'habileté critique, l'artefact, l'étayeur et la régulation composent l'activité privée

La mise en place et le déroulement de l'activité privée reposent sur cinq composantes (Parties 1, 2, 3 et 4) : la fin-en-vue du skieur, l'habileté critique en jeu, l'artefact soutenant l'activité, la présence ou non d'un étayeur et le moyen de régulation.

Les activités privées sont pragmatiques et donc dirigées vers des **fins-en-vue** (Partie 3), c'est-à-dire la fin que l'athlète souhaite atteindre à l'issue de la conduite de son activité privée. Cette fin-en-vue correspond à quelque chose de désirable (Gotesky, 1963), instituant le désir de l'atteindre (Anderson, 2014; Gotesky, 1963). La direction que l'activité poursuit et anticipe crée son momentum (Dewey, 1922), c'est-à-dire le déroulement de l'activité privée. La fin-en-vue rend l'activité intelligente puisqu'elle repose sur un plan d'action dirigé vers un futur probable (Dewey, 1922) : « nous n'utilisons pas le présent pour contrôler le futur. Nous utilisons la prévoyance de

l'avenir pour affiner et élargir l'activité actuelle. Dans cette utilisation du désir, de la délibération et du choix, la liberté est actualisée » [Trad. libre][225] (Dewey, 1922, p. 313). Cette liberté dont parle Dewey correspond à l'aspect privé, c'est-à-dire à l'autonomie du skieur dans le choix, la mise en place et le déroulement de l'activité. Ce futur probable repose sur les expériences passées et les conditions présentes (la disponibilité de l'environnement et de l'entourage social[226], Partie 2) (Dewey, 1922). Les skieurs sont donc libres de la fin qu'ils souhaitent atteindre et du choix, de la mise en place et du déroulement de leur activité privée.

Les activités privées portent sur les **habiletés critiques** (Partie 4) d'une culture sportive spécifique (Darbon, 2002) et elles permettent la réalisation de la fin-en-vue. Elles sont donc propres à un sport donné. Par exemple, les habiletés critiques en ski de bosses ne sont ni critiques ni pertinentes à la performance au curling et en escrime.

Les activités privées sont soutenues par un **artefact** physique ou cognitif (Partie 1). L'activité médiatise et est médiatisée par des artefacts physiques (ex. le trampoline) (Engeström, 2011) ou cognitifs (ex. l'imagerie mentale). Le choix de l'artefact utilisé lors des activités privées repose sur la transaction entre le skieur et son environnement (Dewey, 1938; Di Paolo et al., 2010; MacKenzie, 2016), le menant à valoriser l'artefact lui permettant d'atteindre la fin-en-vue dans un ici et maintenant

---

[225] We do not use the present to control the future. We use the foresight of the future to refine and expand present activity. In this use of desire, deliberation and choice, freedom is actualized.

[226] Dewey donne pour exemple un homme qui construit sa maison : « Building a house is a typical instance of an intelligent activity. It is an activity directed by a plan, a design. The plan is itself based upon a foresight of future uses. This foresight is in turn dependent upon an organized survey of past experiences and of present conditions, a recollection of former experiences of living in houses and an acquaintance with present materials, prices, resources » (Dewey, 1922, p. 268).

(Dewey, 1938). Le choix de cet artefact dépend des ressources disponibles au sein des différents systèmes écologiques (Bronfenbrenner, 1977, 1995).

Les activités privées sont **étayées** par soi ou par l'entourage social (Partie 2). L'activité se produit dans un espace de vie privée propre à l'individu dont il est maître de l'interdire à autrui (Beignier, 1997), entraînant ainsi l'athlète à décider quelles personnes participent à son activité privée.

Les activités privées sont autorégulées ou régulées par autrui. Cette **régulation** de l'activité se produit au sein de la relation dialectique entre un sujet (humain) et un objet (ce qui est fait) (Hasan et Kazlauskas, 2014). Cette relation prend place au sein des processus proximaux d'un microsystème (Bronfenbrenner, 1977; Tudge et al., 2009). L'activité médiatise et est médiatisée par les outils psychologiques (ex. le discours de l'entraîneur) et par le contexte social (ex. l'équipe de ski de bosses) (Engeström, 2011). L'activité est donc constituée d'une série d'actes, étayés ou non, transformant continuellement le présent par ses conséquences et par les expériences précédentes (Mayhew et Edwards, 2007).

Enfin, chaque composante se décline en différents possibles (résultats de la thèse) dont un seul s'actualise. La fin-en-vue est première puisqu'elle dirige le plan d'action à mettre en place. Sa formulation comprend l'habileté critique. L'artefact, l'étayeur et la régulation constituent les moyens de réalisation de la fin-en-vue. Par exemple, le skieur ÉQ14H souhaite dépasser la performance (fin-en-vue) cardiovasculaire (habileté critique) du parent (étayeur) dans une situation d'étayage d'émulation (régulation) soutenue par un terrain propice à la course (artefact) (Figure 5.2).

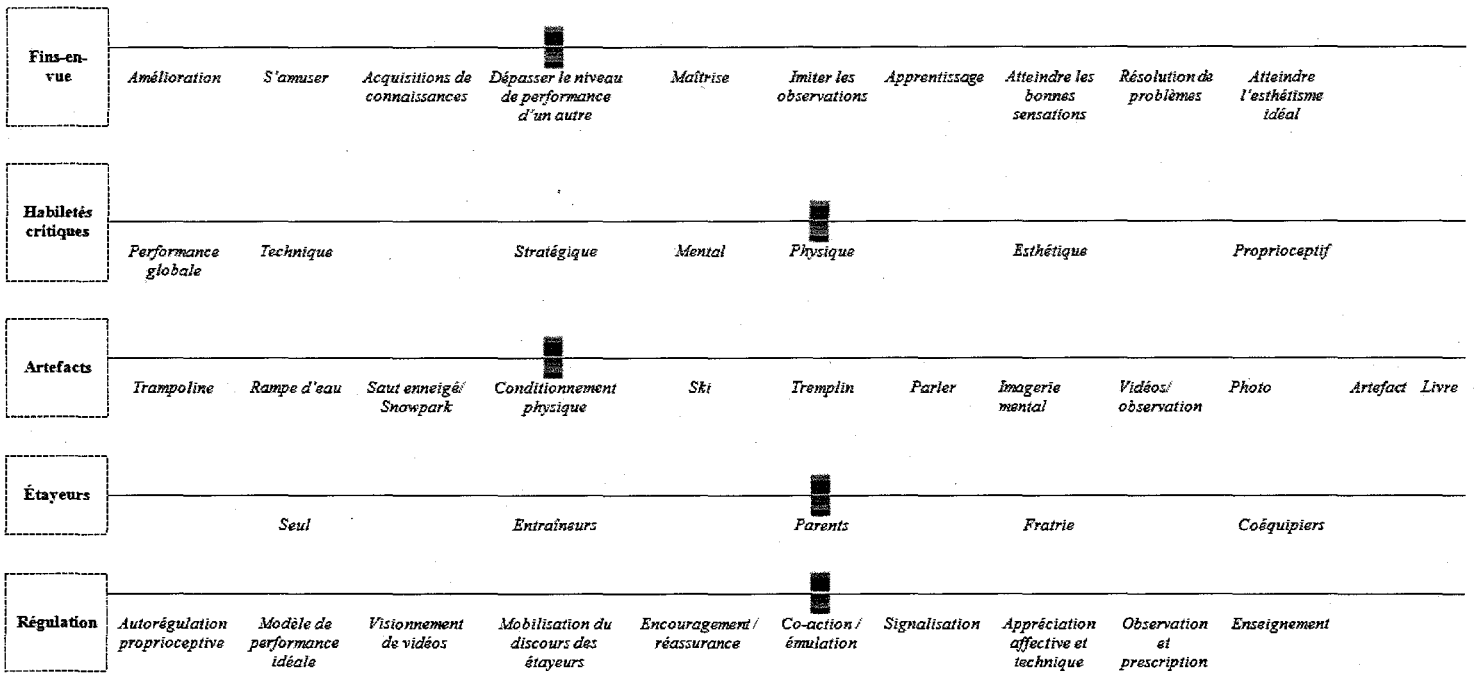


Figure 5.2. Composantes de l'activité privée et leurs actualisations (exemple tiré du ski de bosses)

L'actualisation de ces possibles crée l'activité privée "Jeu délibéré – Conditionnement physique" avec l'étayage de co-action/émulation du père bon connaisseur du skieur ÉQ14H (Figure 5.2). Ainsi, le skieur construit, de manière consciente ou non[227], son activité privée en actualisant ces cinq composantes. Il demeure que l'actualisation des composantes, et donc du choix de l'activité privée, est tributaire de trois paramètres : l'athlète (sa sensibilité à et son modèle de performance idéale) (Partie 3), la situation spatio-temporelle (Parties 2 et 3) et les stades développementaux en sport (Parties 1 et 2).

5.3.2. L'agencement des cinq composantes est tributaire de l'athlète, de la situation spatio-temporelle et des stades développementaux en sport

L'actualisation des cinq composantes est tributaire de l'athlète. L'actualisation de l'artefact, de l'étayeur et de la régulation est tributaire de la situation spatio-temporelle. L'actualisation de la fin-en-vue et de l'habileté critique est tributaire des stades développementaux. Par exemple, le skieur ÉNA3H souhaite atteindre un esthétisme idéal en skiant (fin-en-vue et habileté critique) la piste de bosses (artefact). La validation de cette atteinte et la régulation de son activité reposent sur l'étayage d'appréciation affective et technique de son ski (régulation) par son père juge (étayeur). Cette activité privée est possible par la disponibilité de son père et de la piste de bosses (situation spatio-temporelle) et par sa maîtrise des habiletés techniques de base en ski (stades développementaux en sport). Son activité privée est orientée selon sa *sensibilité à l'excellence* et son modèle de performance idéale (Figure 5.3).

---

[227] Cette nuance n'a pas été questionnée dans le cadre de cette thèse.

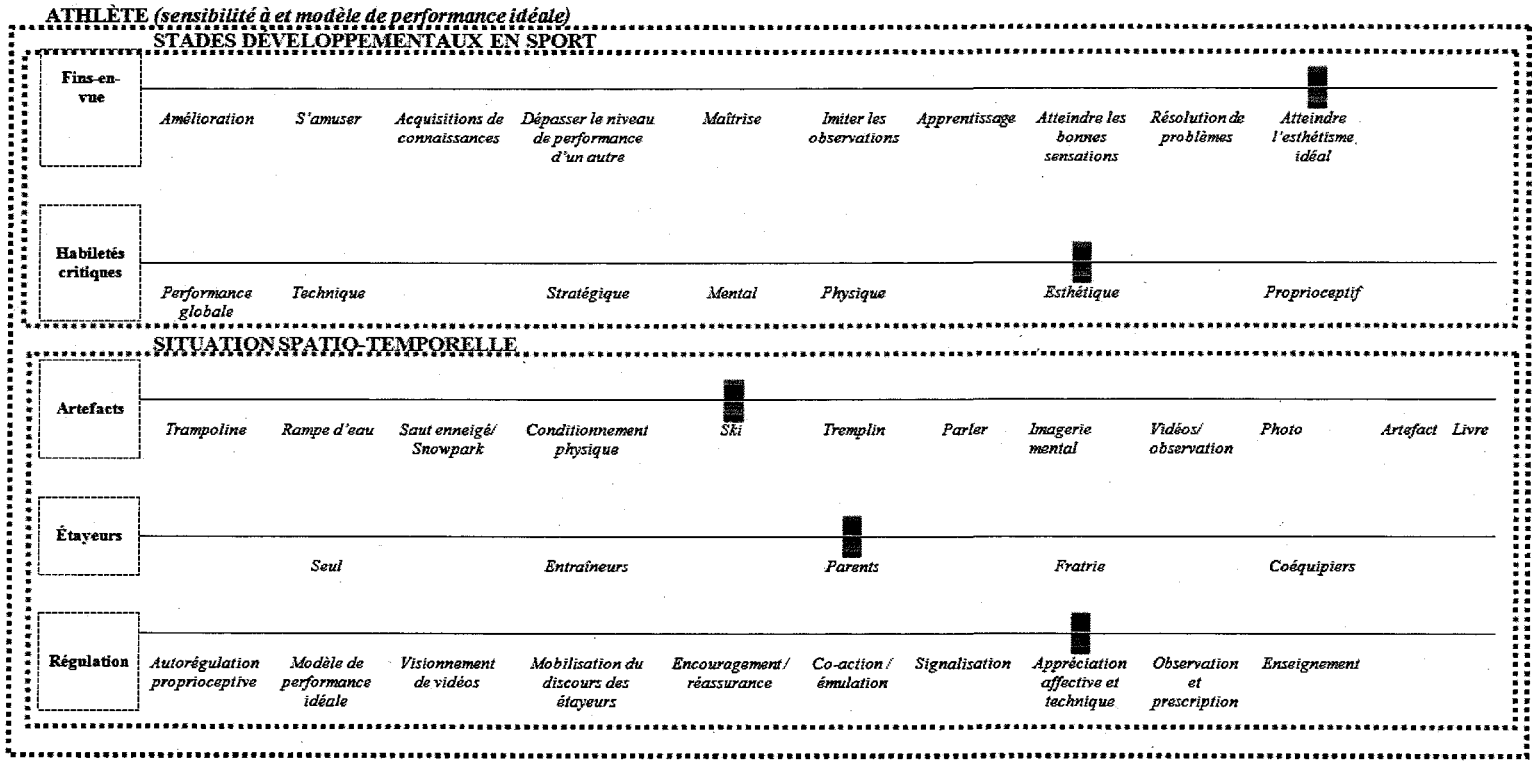


Figure 5.3. Opérationnalisation du concept d'*Activité privée* par l'actualisation des cinq composantes au sein des trois paramètres (exemple tiré de l'entretien du skieur ÉNA3H "Jeu délibéré – Ski libre")

La présence d'activités privées communes et différenciées chez les **athlètes** (skieurs) indique qu'ils partagent des universaux de la culture sportive spécifique du ski de bosses, tout en étant, ce qui n'est pas paradoxal, des agents singuliers ayant leur propre mode d'individuation de cette culture. Leurs activités privées ont lieu dans un espace de vie où ils sont autonomes (Cabanes et Georges, 2009) et dont l'institution ne contrôle pas les règles (Goodman, 1992) correspondant à des normes exogènes, bien que celles-ci soient singulièrement intériorisées (Macherey, 1998). Les skieurs de bosses agencent donc les cinq composantes de leur activité privée en recherchant des fins-en-vues particulières, puis en valorisant certaines habiletés critiques, certains artefacts, certains étayeurs et certains moyens de régulation (autorégulation ou étayage) qui sont en cohérence avec leur sensibilité à et leur modèle de performance idéale. Soit autant de valeurs qualitatives tissées dans l'activité qui font signe vers des « biens » non mesurables » (Schwartz et Durrive, 2009). L'articulation des composantes constituant les activités privées est intrinsèquement liée au skieur qui les conduit et la configuration de celles-ci peut inspirer d'autres skieurs, mais leur déroulement ne sera jamais le même. En effet, l'agencement des composantes et l'opérationnalisation du concept d'activité privée sont orientés par la sensibilité à et/ou par l'atteinte d'un modèle de performance idéale donné chez un athlète particulier. Étudier les activités privées des athlètes, c'est donc investiguer des activités qui leur sont propres :

> L'activité et le vécu situés de chaque pratiquant sont l'expression d'une micro-identité particulière indissociable de la constitution d'un micro-monde propre au sein d'un domaine particulier d'activité socioculturelle. Cette micro-identité est caractérisée par sa cohérence globale, conformément au principe d'émergence : il y a constamment intégration des perceptions, des actions, des affects, des valeurs, des catégories. Cette micro-identité relève d'une agentivité, en ce qu'elle instaure des valeurs déterminant la viabilité d'un mode de vie et assure la régulation normative des interactions dans lesquelles s'engage le pratiquant. Ces interactions circonscrivent un micro-monde, les catégorisations qui lui

> sont sous-jacentes et donc les possibilités d'expérience et d'activité correspondante (Récopé et al., 2014, p. 101).

De même, la valorisation d'une activité privée par un skieur réside également dans sa fonction de transformation d'une situation indéterminée (ex. une difficulté technique dans un saut) en situation déterminée (ex. les corrections et maîtrise de la technique optimale dans un saut) (Dewey, 1916b) (Partie 3). Ainsi, devant une nouvelle situation indéterminée l'activité privée valorisée peut changer.

Les activités privées prennent naissance dans des **situations** propres à l'athlète qui les rencontre. L'athlète peut éprouver des problèmes dérangeant son fonctionnement habituel (Garrison, 1999) et/ou se sentir confus devant l'incapacité de réussir son exécution motrice. Cette situation créera alors le désir d'enquêter sur la cause de cette problématique dans sa pratique sportive. Ainsi, certaines situations initient la recherche, le choix et l'actualisation de l'activité privée à mener chez un skieur donné (Partie 3). La disponibilité de l'entourage social et des artefacts (notamment selon la périodicité saisonnière) rend également possible ou impossible la mise en place de certaines activités privées (Partie 2).

L'actualisation des composantes de l'activité privée est également dépendante des **stades développementaux en sport et de l'évolution du sport**. En effet, les activités privées menées au début de la carrière sportive reposent davantage sur l'acquisition des habiletés spécifiques au sport. La considération du point de vue des juges est davantage présente sur l'équipe nationale. Ainsi, les attentes de performance orientent la configuration des activités privées. De plus, les activités privées s'inscrivent dans la culture et l'histoire (Engeström, 2011) du sport puisque les habiletés critiques changent avec le temps (la souplesse des cultures sportives (comme celles de toutes formes de cultures) qui les soumet aux influences du temps qui passe) (Darbon, 2002).

Pour conclure, le concept d'*Activité privée* offre un cadre prometteur pour étudier sa contribution à l'expertise pour cinq raisons : 1) l'activité est productive par son impact et son contrôle sur le futur porteur d'une appréciation (Dewey, 1922) ; 2) l'activité est créative en s'enrichissant elle-même et en enrichissant de futures activités (Dewey, 1922) ; 3) les activités entraînent des changements (Dewey, 1929), transformant continuellement le présent par ses conséquences et les expériences précédentes (Mayhew et Edwards, 2007) ; 4) l'activité s'intègre au sein de la totalité du système d'activité de l'individu et son objet « donne un sens à long terme à l'activité » (Engeström, 2011, p. 171) qu'est la carrière sportive ; 5) l'activité privée permet l'acquisition de l'expertise puisqu'elle est une activité maîtresse qui dirige la relation entre l'individu et son environnement (Leont'ev, 1981)[228] ; 6) les activités privées se déroulement dans un espace privé pouvant se projeter dans l'espace public (Cabanes et Georges, 2009), c'est-à-dire que les bénéfices de celles-ci se transfèrent dans les contextes institutionnels d'entraînement et de compétition permettant ainsi la performance experte.

Enfin, outre ces implications théoriques, le concept d'*Activité privée* est également porteur d'implications pratiques.

---

[228] Dans le même ordre d'idées, Dewey explique : « each particular activity prepares the way for the activity that follows. These form not a mere succession but a series. This seriated quality of life activities is effected through the delicate balance of the complex factors in each activity » (Dewey, 1938, p. 27).

5.4. Implications pratiques pour le suivi d'athlètes en psychologie du sport

Cette recherche offre une compréhension pratique du parcours de skieurs de bosses experts et prometteurs, de leur début jusqu'à leur plus haut niveau de performance. Mon expérience comme praticienne en psychologie du sport a généré et orienté la réalisation de la thèse, mais aussi de façon dialogique et récursive, mon travail de recherche a ressourcé et ré-orienté (De Lavergne, 2007) mes suivis en psychologie du sport. Encore plus, la réalisation de cette recherche doctorale m'a permis de « m'énacter » (De Lavergne, 2007) comme praticienne-chercheure par la reconstruction de ma nouvelle identité en constatant et en investissant ces différentes implications pratiques, qui sont liées de près ou de loin à nos questions de recherche.

5.4.1. Implications pour le suivi d'athlètes en psychologie du sport : l'évaluation

Tout d'abord, l'accompagnement d'athlète désirant atteindre l'expertise nécessite du praticien en psychologie du sport qu'il connaisse la culture sportive spécifique du sport pratiqué par l'athlète et les habiletés critiques à la performance. Ensuite, le praticien doit prendre connaissance des ressources artefactuelles et sociales dont l'athlète peut bénéficier puisque celles-ci peuvent être sollicitées lors de l'intervention visant la mise en place d'activités privées.

Lors des entretiens d'évaluation de la demande de consultation en psychologie du sport, le praticien peut non seulement investiguer comment se déroulent les entraînements et les compétitions de l'athlète, mais aussi les activités privées qu'il fait actuellement. De cette manière, le praticien peut saisir les valeurs, les normes et la *sensibilité à* de l'athlète. Le praticien devrait s'intéresser à l'identité de l'athlète et à ce qui lui importe en tant que pratiquant sportif. Ainsi, il pourra donc adapter ses

interventions et son discours pour permettre à l'athlète de réaliser son plein potentiel dans son sport, et ce, en cohérence avec sa sensibilité à.

Enfin, au cours de l'évaluation, le practicien peut questionner les activités privées actuelles reposant sur le visionnement de vidéos de soi et sur l'imagerie mentale de ses propres performances, obtenant ainsi la perception que l'individu a de sa propre compétence en tant que pratiquant (Partie 2). De cette manière, il est possible d'avoir accès à son sentiment d'auto-efficacité qui constitue une habileté mentale favorisant la performance en sport (Bandura, 1997; Crocker, 2016; Gould et Maynard, 2009). Advenant une perception négative de soi (Partie 2), le practicien peut mettre en place des interventions visant le regain du sentiment d'auto-efficacité. Enfin, le maintien d'une perception négative de ses performances a pour conséquence le rejet de ces catégories d'activités privées qui peuvent être bénéfiques à l'acquisition de l'expertise, tel qu'illustré dans notre étude (Partie 2).

5.4.2. Implications pour le suivi d'athlètes en psychologie du sport : l'intervention

Bien que les skieurs de notre étude présentent des trajectoires développementales uniques, des similarités sur les activités privées réalisées existent chez tous les skieurs. Dès lors, le praticien en psychologie du sport peut suggérer et accompagner l'athlète pour mettre en place des activités privées menées par d'autres athlètes de son sport.

Ensuite, la mise en place d'activités privées permettant la construction et l'atteinte d'un modèle de performance idéale apparaît critique dans l'atteinte de l'expertise. En effet, les meilleurs skieurs de notre étude ont développé un modèle de performance idéale auquel ils aspirent et celui-ci oriente l'autorégulation de leur activité privée.

Cette autonomie de l'athlète favorise son sentiment d'autodétermination (Deci et Ryan, 1985; Ryan et Deci, 2000) et l'atteinte du modèle de performance idéale permet l'auto-actualisation (Maslow, 1943). Dès lors, advenant une absence d'un tel modèle chez l'athlète, le practicien en psychologie du sport peut étayer la construction du modèle de performance idéale de l'athlète en lui proposant de conduire des activités privées d'observation et de visionnement de vidéos de modèles d'exécution dans son sport.

Enfin, notre étude des activités privées révèle l'importance du ressenti proprioceptif dans la pratique sportive, aspect négligé dans les manuels d'intervention en psychologie du sport. Le practicien en psychologie du sport doit donc développer la capacité de l'athlète à décoder son ressenti proprioceptif puisque celui-ci lui procure une rétroaction sur la qualité et le contrôle de son exécution technique. Ainsi, il pourra réguler de manière optimale son exécution motrice. Dès lors, les practiciens doivent non seulement intégrer le ressenti proprioceptif dans leurs interventions auprès de l'athlète, mais ils doivent également l'accompagner à comprendre sa propre expérience proprioceptive.

5.5. Limites méthodologiques de la recherche

Trois limites méthodologiques ont pu affecter la profondeur et la validité des résultats. Premièrement, la répartition hommes-femmes est inégale au sein de notre population et, qui plus est, les skieuses de haut niveau sont absentes (certaines ont refusé de participer à l'étude). Par conséquent, il est impossible d'établir si des différences de genre existent dans le parcours des skieuses de bosses expertes. Cette limite est problématique puisque cette recherche révèle des différences entre les skieurs et les skieuses : 1) les skieuses débutent le ski de bosses vers 12 ans alors que

les skieurs débutent vers 8-9 ans ; 2) les jeux symboliques sont absents dans les parcours des skieuses ; 3) toutes les skieuses ont mené des pratiques délibérées.

Deuxièmement, l'entretien du skieur ÉNC7H consistait en un pré-entretien exploratoire pour cette thèse. La structure de cet entretien focalisait davantage sur le visionnement de vidéos et le ressenti proprioceptif, limitant ainsi l'investigation de ses activités privées. Étant donné la qualité de son contenu, nous avons tout de même décidé de le conserver. Le skieur ÉNB6H est le seul skieur à ne pas avoir évoqué de pratiques délibérées. Ce résultat est plutôt surprenant étant donné le processus de qualification de sauts inversés sur la rampe d'eau. Il est possible que ces activités n'aient pas été évoquées puisque le temps a manqué pour réaliser convenablement l'entretien et il n'a pas été possible de revoir ce skieur un cours laps de temps après l'entretien.

Troisièmement, la focalisation des entretiens sur les activités privées menées sans la présence des entraîneurs a possiblement limité l'évocation de la variété d'étayages que ceux-ci offrent lors des activités privées. De même, les processus menant au choix des entraîneurs privés ne sont pas présents pour l'ensemble des skieurs de bosses. Les évocations portant sur la personne initiant la recherche de l'entraîneur ne sont pas disponibles pour l'ensemble des activités privées. Ce processus n'est repéré que pour trois skieurs ayant identifié le kinésiologue comme moyen leur permettant d'améliorer leur condition physique pour performer en ski de bosses et par la présence d'un père ayant suggéré à son fils des cours de ski privé avec un entraîneur pour améliorer son style de ski.

5.6. Recherches futures sur l'acquisition de l'expertise en sport par la tenue d'activités privées

Selon nous, deux recherches futures doivent être réalisées pour mieux rendre compte de l'apport des activités privées à l'acquisition de l'expertise. Tout d'abord, il serait intéressant d'établir si l'athlète dédie possiblement plus d'heures aux activités privées qu'il valorise. Les activités privées présentées dans le cadre de ce travail de recherche représentent l'évocation d'une activité privée, qui peut s'être maintenue au cours du temps ou non. Le nombre de répétitions de cette activité privée au cours d'un mois, d'une saison et de la carrière n'est pas comptabilisé. Ainsi, il serait possible d'établir si les athlètes experts consacrent plus d'heures aux activités privées qu'ils valorisent, permettant ainsi d'affirmer de manière plus forte leur contribution dans l'acquisition de l'expertise.

Enfin, des études expérimentales portant sur l'apport des pratiques délibérées montrent que l'exposition répétée à une vidéo comportant une occlusion avant l'atterrissage de la balle de tennis augmente la précision d'anticipation de localisation d'atterrissage (Tenenbaum et al., 2000) et après 30 minutes de pratique délibérée, la vitesse de traitement des mouvements latéraux chez des enfants âgés de 8 et 11 ans s'améliore (Pedersen, 2012). Dès lors, il serait intéressant d'ajouter une mesure expérimentale permettant d'établir les effets réels avant-après la conduite d'activités privées.

5.7. Conclusion finale

Pour conclure, l'étude des parcours de skieurs de bosses experts et prometteurs révèle l'existence d'interactions complexes et dynamiques par la valorisation d'activités

privées, qui sont étayées directement ou indirectement par les entraîneurs, la famille (parents et fratrie) et les coéquipiers, mais également par la présence de conditions socioéconomiques et géographiques favorables ou défavorables à la mise en place de certaines activités privées. Ces activités privées apparaissent et disparaissent au cours du développement sportif selon les désirs du skieur, les situations rencontrées, les enjeux développementaux et l'évolution du sport, sa sensibilité à et son modèle de performance idéale. Ces activités privées contribuent à l'acquisition de l'expertise par leurs bénéfices techniques, stratégiques, physiques, mentaux, esthétiques et proprioceptifs. Elles sont aussi contributives à la performance globale et à la construction d'un modèle de performance idéale propre à chaque skieur. Ainsi, par la conduite d'activités privées, les skieurs de bosses s'approprient l'acquisition de leur expertise, devenant ainsi les experts de leur « métier » d'athlète. Enfin, la réalisation, autorégulée et régulée par autrui, d'une variété d'activités privées portant non seulement sur une pluralité d'habiletés critiques au ski de bosses et sous-tendue par différents artefacts et différents étayeurs, mais également orientée par une *sensibilité à l'excellence*, une norme d'activité d'*esthétisme parfait et appréciable des juges* et par un modèle de performance idéale, caractérise le parcours d'un des plus grands skieurs de bosses de l'histoire de ce sport.

ANNEXE A
TYPES DE SAUTS

Kosak	**Spread**	**360°/720°**
0.77[229]	0.76	1.20/1.43
Extension des jambes en grand écart parallèle au sol en déposant les mains devant le milieu du corps	*Extension des jambes et élévation des bras vers le haut pour former une étoile dans les airs*	*Rotation du corps à 360° ou 720° parallèle au sol en plaçant les bras selon la préférence du skieur*

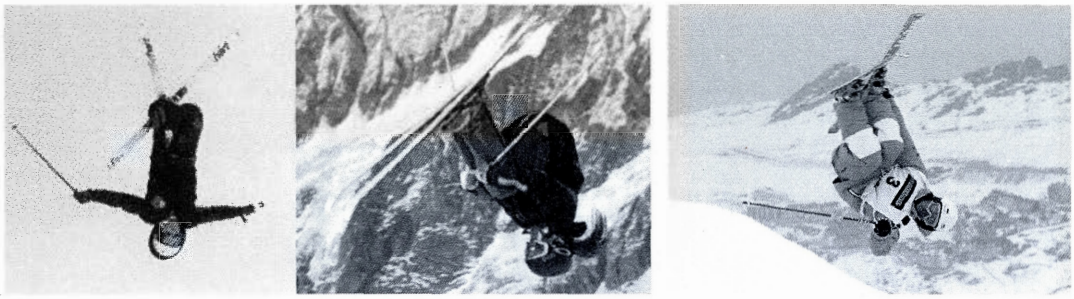
Figure 5.4. Exemples de figures droites[230]

Les figures inversées ont, elles aussi, leur propre coefficient de difficulté. Cependant, les différentes figures sont rarement combinées, c'est plutôt l'ajout d'une vrille ou d'un grab (prise du ski avec la main) qui permet d'augmenter le coefficient de difficulté. Voici quelques exemples :

---

[229] Les nombres représentent le coefficient de difficulté de chaque saut.

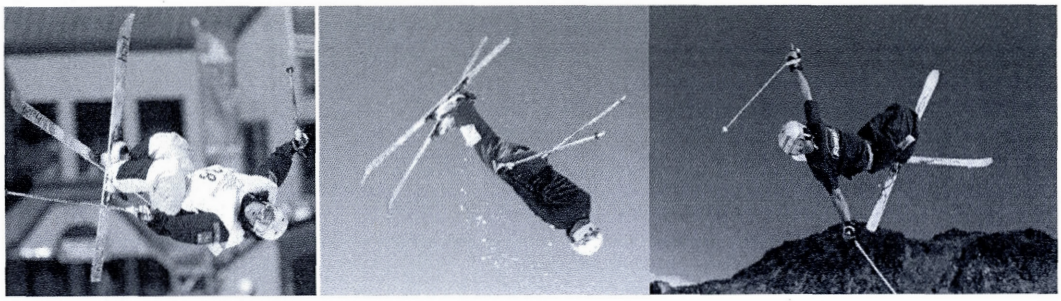
[230] Image Google, Jean-Luc Brassard.



Backflip	**Frontflip**	**Lincoln loop**
1.2	1.25	1.09
Rotation du corps vers l'arrière dans l'axe vertical en exécutant le saut, soit les genoux pliés en boule, soit les genoux pliés à 90° avec les skis croisés en « X » ou soit le corps droit et les skis à plat	*Rotation du corps vers l'avant dans l'axe vertical en exécutant le saut les genoux pliés en boule et les skis droits ou croisés en « X »*	*Rotation du corps dans l'axe latéral en exécutant le saut les genoux pliés accompagné ou non d'un grab avec la main sur les skis*

Figure 5.5. Exemples de figures inversées[231]

[231] *Image Google, Guilbault Colas.*



D-Spin	Backfull/ Back double full	Cork
1.24	1.24	1.28
Rotation (360°, 720° ou 1080°) du corps dans l'axe horizontal entre 1° et 89°	*Rotation du corps vers l'arrière dans l'axe vertical en exécutant simultanément une vrille simple ou double dans l'axe latéral*	*Rotation (360°, 720° ou 1080°) du corps dans l'axe horizontal en ayant la tête au-dessus d'un angle de 90° du sol mais en bas d'un angle de 180°*

Figure 5.6. Exemples de figures inversées

ANNEXE B
CRITÈRES DE JUGEMENT LORS DES COMPÉTITIONS EN SKI DE BOSSES[232]

Les points de jugement sont attribués pour la qualité **technique des virages** (50 %), les deux **manœuvres aériennes** (25 %) et la **vitesse** (25 %) lors d'une descente de bosses en simple, et ce, à travers tous les niveaux de compétition. Lors des compétitions de bosses en parallèle (duels), le juge doit départager les points entre les deux skieurs. Les critères de jugement en ski de bosses doivent être connus puisqu'ils orientent la pratique du skieur de bosses.

Critères d'évaluation de la technique des virages (50%)

Lors des compétitions, cinq juges évaluent la technique du skieur. Chacun des juges peut accorder un maximum de cinq points[233] et la partie technique compte pour un maximum de 15 points (les notes, la plus élevée et la plus basse, sont éliminées).

- Les habiletés qui sont évaluées sont : la ligne de pente, la mise à carre, l'absorption/extension et la position du haut du corps.
- Les juges qualifient les habiletés techniques selon le tableau suivant :

Excellent	*4.6 - 5.0*
Très bon	*4.1 – 4.5*
Bon	*3.6 – 4.0*
En haut de la moyenne	*3.1 – 3.5*
Dans la moyenne ou compétent	*2.6 – 3.0*
En bas de la moyenne	*2.1 – 2.5*
Pauvre	*1.1 – 2.0*
Très pauvre	*0.1 – 1.0*

[232] Le présent résumé repose sur les informations collectées dans un guide de formation pour la certification des juges et dans les feuillets utilisés par les juges pour déterminer le pointage accordé au skieur.

[233] Les entretiens ont eu lieu en 2011 et 2012 et respectent l'échelle de pointage présentée dans cette annexe. Toutefois, il est à noter que l'échelle des points a été modifiée en 2015, mais cette modification est sans conséquence sur nos entretiens et nos résultats.

- Si l'athlète fait une erreur dans sa descente, les déductions suivantes s'appliquent à son score, et ce, sur tous les scores accordés par les juges :

Léger touché, sans arrêt	*0.1- 0.5*
Moyen touché, sans arrêt	*0.6 – 0.7*
Gros touché, dérapage	*0.8 – 1.0*
Chute complète ou dérapage avec arrêt	*1.1 – 1.4*
Arrêt complet	*1.5*

- Également, l'athlète perd des points s'il sort de sa ligne de pente (ex : il perd le contrôle et se retrouve deux lignes plus loin).

Critères d'évaluation des manœuvres aériennes (25%)

L'athlète doit exécuter deux sauts différents sur deux sauts différents. Deux juges évaluent les deux sauts et accordent un maximum de 7,5 points. Le score du juge est multiplié au coefficient de difficulté des sauts exécutés (voir Annexe A pour les coefficients de difficulté).

- Les juges évaluent pour chaque saut exécuté la qualité (qualité athlétique, contrôle, balance et exécution fluide), l'envol (hauteur et distance) et la spontanéité (la figure est exécutée après avoir quitté le saut).
- Les juges qualifient les habiletés en saut selon le tableau suivant :

Excellent	*2.1 – 2.5*
Bon	*1.6 – 2.0*
Dans la moyenne	*1.1 – 1.5*
Pauvre	*0.6 – 1.0*
Très pauvre	*0.1 – 0.5*

L'atterrissage compte autant dans le jugement des sauts que dans le jugement de la technique des virages.

Critères d'évaluation de la vitesse (25%)

Pour attribuer les points liés à la vitesse, le temps du skieur est comparé à un temps préétabli selon la longueur du parcours et les normes de la Fédération internationale de ski (FIS). Le temps est ensuite converti en points, totalisant un maximum de 7,5 points.

ANNEXE C

LA DESCRIPTION DE L'ÉQUIPE DU QUÉBEC

Tiré du protocole de sélection à l'équipe du Québec 2011-2012 de la FQSA novembre 2010 vol. 1 (http://www.fqsa.com/_domains/fqsa.com/files/2011_Protocole_Select_EQ_2011-.pdf)

4. Sélection de l'Équipe du Québec – Groupe Performance :

4.1 Sélection par résultats

Les 5 premiers gars & 3 premières filles de la Sélection Performance ÉQC 2010 (SPEQ) seront automatiquement sélectionnés à l'Équipe du Québec.

4.2 « Spots » discrétionnaires

Il y a 2 à 4 athlètes supplémentaires choisis, à la discrétion des entraîneurs de l'ÉQC. Pour qu'un athlète soit considéré pour un spot discrétionnaire, il ou elle doit faire partie d'une des catégories suivantes: un athlète faisant partie d'un cas d'exception; un athlète de club classé dans les 8 premières filles et 12 premiers gars de la SPEQ; un athlète déjà membre de l'Équipe du Québec de Bosses – Groupe Performance.

4.3 « Spots » non utilisés

Si jamais il y a des athlètes automatiquement sélectionnés à l'Équipe du Québec suite à leur rang SPEQ qui refusent leur place sur l'Équipe du Québec – Groupe Performance, ou qui sont sélectionnés par l'Équipe Nationale de développement; ces places inoccupées seront additionnées aux spots discrétionnaires disponibles.

4.4 Âge minimum

Pour être éligible à l'Équipe du Québec – Groupe Performance, les athlètes doivent être âgés d'un an de plus que l'âge minimal pour faire des compétitions sanctionnées par la Fédération Internationale de Ski (âge minimal FIS en 2011-12 = 14 ans ou né en 1997 et avant / **âge minimal EQ-Perf = 15 ans ou né en 1996 et avant).**

4.5 Composition de l'Équipe

La composition finale de l'Équipe du Québec – Groupe Performance, en termes de nombre d'athlète et du sexe de l'athlète, sera à la discrétion des entraîneurs de l'ÉQC, qui tenteront le plus possible de maintenir l'égalité des sexes. L'homogénéité du groupe sera également considérée au niveau des habiletés et aptitudes des athlètes sélectionnés.

4.6 Critère spécifique :

1. Sélection Performance ÉQC 2011 (SPEQ)

4.6.1 Sélection Performance ÉQC 2011 (SPEQ)

La Sélection Performance Équipe du Québec comprend la moyenne des 4 meilleurs résultats parmi les circuits suivants :

- Provincial (simple seulement)
- Championnat québécois
- Série Canadienne et Sélection canadienne

• NorAm
• Championnat Canadien Junior (simple seulement)
• Championnat Canadien Senior
Les 4 meilleurs résultats devront également respecter la ligne directrice suivante :
• Maximum 2 résultats Provincial
• Maximum 1 résultat provenant d'une compétition de Duel
• Minimum de 1 résultat provenant d'une Série Canadienne ou Sélection canadienne (simple ou duel)

ANNEXE D
LA DESCRIPTION DE L'ÉQUIPE NATIONALE DU CANADA DE SKI ACROBATIQUE – DISCIPLINE BOSSES

Tiré du Protocol de sélection 2009-2010 Bosses : Programme de Haute Performance 21 novembre 2009
(http://30262.vws.magma.ca/pdfs10/members/hpp_mogul_selection_fr.pdf)

Structure de l'équipe – Équipe nationale de bosses 2010-2011 :
- Groupe « A » : « l'élite » ***(étape du DLTA : S'entraîner à gagner)*** **:**
Pour être sélectionnés dans ce groupe, les athlètes doivent répondre à l'un ou deux des critères suivants :

- Se classer dans les 6 premiers à l'épreuve de bosses au Grand Prix de la Coupe du monde FIS 2009-2010
- Se classer dans les 6 premiers aux Jeux olympiques d'hiver de Vancouver

Groupe « B » : « Performeurs » ***(étape du DLTA : Apprendre à gagner)***
Critères de sélection :

- Se classer dans les 5 premiers au classement des bosses du PHP (programme de haute performance) (par sexe), y compris les athlètes du groupe « A » (4 meilleures valeurs de pointage et 4 meilleures valeurs de rang à la saison 2009-2010)

Le comité des bosses du Programme de haute performance peut attribuer jusqu'à 2 places de plus par sexe selon un classement autre que le classement initial. Seuls les athlètes de l'équipe nationale 2009-2010 peuvent être nommés au groupe « B ».
Groupe « C » : « Développement » ***(Étape du DLTA : S'entraîner à compétitionner et Apprendre à gagner)***
Critères de sélection :

- Se classer entre le 6e et 10e rangs au classement des bosses du PHP (par sexe), y compris les athlètes des groupes « A » et « B ».

Le comité des bosses du PHP peut choisir à sa discrétion jusqu'à 3 athlètes par sexe d'après un dépistage des talents. Le comité du PHP décidera annuellement de la taille de l'équipe. La taille du groupe « C » peut varier selon l'année du cycle, la profondeur des athlètes et les considérations budgétaires. L'ACSA s'efforcera de maintenir l'équité entre les sexes.

ANNEXE E
DESCRIPTION DES CIRCUITS DE COMPÉTITION EN SKI DE BOSSES

Il existe plusieurs niveaux de compétition en ski de bosses. Ces différents niveaux sont présentés ci-dessous :

1. Circuit régional

Le circuit régional est la porte d'entrée dans le monde de la compétition en ski acrobatique. Celui-ci est chapeauté par un Organisme sans buts lucratifs (OSBL) de la région des Laurentides (Acroski) ou de la région de Québec (Skibec). Les athlètes peuvent participer à ce circuit dès six ans jusqu'à n'importe quel âge, mais généralement jusqu'à 25 ans maximum. Les clubs de bosses participant à ce circuit proviennent des régions des Laurentides, de la Lanaudière et de Québec. Lors des compétitions, les skieurs sont répartis selon leur sexe (femme (F) ou homme (H)) et leur âge, formant ainsi 12 catégories (Tableau 5.1):

Tableau 5.1. Catégories en compétitions de ski de bosses

Abréviation	Nom	Âge
F1, H1	Sénior	19 et +
F2, H2	Junior	16-18 ans
F3, H3	Juvénile	14-15 ans
F4, H4	Jeunesse	12-13 ans
F5, H5	Relève	10-11 ans
F6, H6	Espoir	9 ans et moins

Des médailles sont remises aux trois premiers (trois meilleurs scores) skieurs et aux trois premières skieuses de chaque catégorie. Les meilleurs skieurs et les meilleures skieuses ont accès au circuit provincial (selon un calcul de la FQSA).

2. Circuit provincial (au Québec)

Le circuit provincial est chapeauté par la Fédération québécoise de ski acrobatique (FQSA). Le circuit provincial est accessible aux athlètes âgées de 10 ans et plus qui se sont qualifiés pour ce circuit lors des compétitions régionales. Ces skieurs/skieuses de bosses proviennent de partout au Québec et certains/certaines sont membres des équipes du Québec - Développement. Le circuit provincial comprend les mêmes catégories que le circuit régional. Le processus d'attribution des médailles est le même que celui du circuit régional. Les meilleurs skieurs et les meilleures skieuses ont accès au circuit canadien et au Championnat canadien junior (selon la sélection faite par la FQSA).

3. Circuit canadien

Le circuit canadien est chapeauté par l'Association canadienne de ski acrobatique (ACSA). Il est accessible aux skieurs/skieuses qui se sont préalablement qualifiés au circuit provincial. Les skieurs/skieuses qui y participent ont généralement au moins 13 ans. Ces compétitions ont lieu dans l'est et dans l'ouest du Canada. Il y a trois séries canadiennes par saison. Ce circuit comprend les épreuves de bosses en simple et de bosses en parallèle. Dans le circuit canadien, il n'y a plus de catégorie d'âges. Par conséquent, les skieuses de tous âges sont en compétition entre elles, de même que les skieurs de tous âges entre eux. Les médailles sont remises aux trois meilleures skieuses et aux trois meilleurs skieurs. Les meilleurs skieurs et les meilleures skieuses du circuit canadien ont accès au Championnat canadien sénior (d'après les calculs de la FQSA).

4. Championnat canadien junior

Le Championnat canadien junior (18 ans et moins) est encadré par l'ACSA. Il a lieu une fois par saison, soit dans l'est ou dans l'ouest du Canada. Les skieurs/skieuses qui y ont accès doivent faire partie de l'élite de leur province. Ces skieurs/skieuses sont généralement membres de l'équipe du Québec, mais certains/certaines proviennent des équipes régionales. Le Championnat canadien junior comprend des épreuves de bosses en simple et en parallèle. Les skieurs/skieuses sont répartis selon les mêmes catégories du circuit provincial. Le processus d'attribution de médailles est le même que dans les précédents circuits.

5. Championnat canadien sénior

Le Championnat canadien sénior est encadré par l'ACSA. Il a lieu une fois par saison, soit dans l'est ou dans l'ouest du Canada. Les skieurs/skieuses participant à ce circuit viennent généralement des équipes provinciales (Développement et Performance) et de l'équipe nationale (groupe A, B et C). Un nombre restreint de skieurs/skieuses provenant des équipes régionales est convié. Il s'agit donc d'un événement où les jeunes skieurs/skieuses sont en compétition avec les meilleurs skieurs/skieuses du Canada. Les skieurs/skieuses qui participent à cet événement ont au moins 13 ans.

6. Circuit Nord-Américain

Le circuit Nord-Américain est chapeauté par la FIS. Ce circuit n'est accessible qu'aux skieurs/skieuses faisant partie de l'équipe du Québec (développement et performance) et de l'équipe nationale (groupe C et B). Ce circuit regroupe les meilleurs

skieurs/skieuses de bosses canadiens/canadiennes et américains/américaines. Certains skieurs/skieuses de bosses d'autres pays, tel le Japon, participent parfois à ce circuit. Les médailles sont attribuées aux trois meilleurs skieurs et trois meilleures skieuses.

7. Circuit Coupe du monde

Le circuit de la Coupe du monde est chapeauté par la FIS. Il n'est accessible qu'aux skieurs/skieuses membres de l'équipe nationale groupe A et B et aux équipes nationales des autres pays. Certains/Certaines skieurs/skieuses provenant du groupe C de l'équipe nationale peuvent participer aux Coupes du monde ayant lieu au Canada.

8. Circuit des Jeux olympiques

Le circuit des Jeux olympiques (JO) est chapeauté par le Comité international olympiques (CIO) et son déroulement suit les règlements de la FIS. Un quota de skieurs/skieuses éligible au JO est distribué à travers toutes les disciplines de ski acrobatique : ski de bosses, saut acrobatique, skicross, slopestyle et demi-lune. Ce circuit est accessible aux meilleurs skieurs/skieuses de bosses participant au circuit de la Coupe du monde.

ANNEXE F
FORMULAIRE DE CONSENTEMENT

UQÀM

FORMULAIRE D'INFORMATION ET DE CONSENTEMENT
Participant majeur – ÉQ et ÉN

« Le développement des schèmes d'observation des skieurs de bosses au cours de leur progression sportive »[234]

IDENTIFICATION

Chercheure responsable du projet : Daphné Laurin-Landry
Superviseure : Maryvonne Merri, Ph.D.
Programme d'enseignement : Doctorat en Psychologie (Ph.D./D. Psy)
Adresse courriel : laurin-landry.daphne@courrier.uqam.ca
Téléphone : 514-987-3000 #2220

BUT GÉNÉRAL DU PROJET ET DIRECTION

L'objectif général de cette étude est de documenter le parcours sportif de skieurs de bosses élites du Québec et établir comment le visionnement de vidéos en contexte de pratique délibérée a pu jouer un rôle clé dans le développement sportif de ces athlètes. Ce projet est réalisé dans le cadre d'une thèse de doctorat sous la direction de madame Maryvonne Merri, professeur du département de Psychologie de la Faculté des sciences humaines. Elle peut être jointe au (514) 987-3000 poste 2220 ou par courriel à l'adresse : merri.maryvonne@uqam.ca.

PROCÉDURE(S)

Ma participation à cette recherche implique que je participe à une entrevue portant sur mon expérience en ski de bosses. J'aurai donc à répondre à des questions concernant ma carrière sportive, du début jusqu'à aujourd'hui. Plus précisément, j'aurai à répondre à des questions concernant mon développement de skieur à travers les années, les types et contenus des entraînements que j'ai fait au cours de ma carrière et de mon utilisation de la vidéo comme pratique délibérée. Mon entrevue durera entre 1h00-1h30 et aura lieu soit dans un local de l'UQÀM, à mon domicile ou aux rampes d'eau de St-Hyppolite ou Québec.

AVANTAGES et RISQUES

---

[234] Suivant les entretiens, le titre de la thèse a changé. De plus, l'Université Clermont Auvergne est absente du formulaire puisque la cotutelle a été signée après la conduite des entretiens.

Ma participation à ce projet de recherche permettra de faire avancer les connaissances scientifiques concernant le rôle du visionnement de vidéos en contexte de pratique délibérée au cours de la carrière sportive d'un athlète élite. Il est possible, cependant, que cela m'occasionne un certain inconfort. En effet, il se peut que cette expérience m'amène à prendre conscience de moments difficiles qui ont eus lieu lors de ma carrière sportive. Je comprends que je pourrai me retirer de ce projet en tout temps, sans préjudice et sans obligation de ma part.

CONFIDENTIALITÉ

Pour des fins d'analyse objectives, mon entrevue sera enregistrée et filmée. Il est entendu que les renseignements recueillis lors de l'entrevue que j'aurai donné sont confidentiels et que seuls, le responsable du projet et sa directrice de recherche, madame Maryvonne Merri, auront accès à mon enregistrement et au contenu de sa transcription. Le matériel de recherche (cassette codée et transcription) ainsi que mon formulaire de consentement seront conservés séparément sous clé par le responsable du projet pour la durée totale du projet. Les cassettes ainsi que les formulaires de consentement seront détruits 5 ans après les dernières publications.

PARTICIPATION VOLONTAIRE

Ma participation à ce projet est volontaire. Cela signifie que j'accepte de participer au projet sans aucune contrainte ou pression extérieure, et que par ailleurs je suis libre de mettre fin à ma participation en tout temps au cours de cette recherche. Dans ce cas les renseignements me concernant seront détruits. Mon accord à participer implique également que j'accepte que la responsable du projet puisse utiliser aux fins de la présente recherche (articles, conférences et communications scientifiques) les renseignements recueillis à la condition qu'aucune information permettant de m'identifier ne soit divulguée publiquement à moins d'un consentement explicite de ma part.

COMPENSATION FINANCIÈRE

Ma participation à ce projet est offerte gratuitement. Un résumé des résultats de recherche me sera transmis au terme du projet. Pour cela nous te remercions de nous communiquer un courriel.

DES QUESTIONS SUR LE PROJET OU SUR VOS DROITS?

Je peux contacter la responsable du projet au numéro (514) 987-3000 #2220 pour des questions additionnelles sur le projet. Je peux également discuter avec la directrice de recherche, madame Maryvonne Merri, des conditions dans lesquelles se déroule ma participation et de mes droits en tant que participant de recherche.

Le projet auquel je participe été approuvé au plan de l'éthique de la recherche avec des êtres humains. Pour toute question pouvant être adressée à la directrice de recherche ou pour formuler une plainte ou des commentaires, je peux contacter madame Maryvonne Merri, (514) 987-3000 #2220.

REMERCIEMENTS

Ma collaboration est essentielle à la réalisation de ce projet et nous tenons à t'en remercier.

SIGNATURES :

Je,_____reconnais avoir lu le présent formulaire de consentement et consens volontairement à participer à ce projet de recherche. Je reconnais aussi que la responsable du projet a répondu à mes questions de manière satisfaisante et que j'ai disposé suffisamment de temps pour réfléchir à ma décision de participer. Je comprends que ma participation à cette recherche est totalement volontaire et que je peux y mettre fin en tout temps, sans pénalité d'aucune forme, ni justification à donner. Il me suffit d'en informer la responsable du projet.

Signature du participant :_____ Date :_____

Nom (lettres moulées) :_____

Numéro de téléphone :_____

Courriel :_____

Signature du responsable du projet :_____

Daphné Laurin-Landry

Date : _____

Signature de la directrice de recherche :_____

Maryvonne Merri

Date : _____

Veuillez conserver le premier exemplaire de ce formulaire de consentement pour communication éventuelle avec l'équipe de recherche et remettre le second à l'interviewer.

ANNEXE G
INSTRUCTIONS POUR LA VALIDATION DES ANALYSES DE LA PREMIÈRE PARTIE DE LA THÈSE

Les instructions suivantes ont été présentées oralement et verbalement aux membres du laboratoire ADESP.

BUT DE LA TÂCHE : Analyser les activités privées évoquées par les skieurs et skieuses de bosses pour déterminer si celles-ci correspondent aux pratiques et aux jeux identifiés dans la littérature. Cet exercice vise à déterminer : 1) Si les skieurs ont bien conduit ces pratiques et ces jeux ; 2) Si les skieurs ont conduit des pratiques et des jeux absents de la littérature, et si oui, quels sont-ils ? ; 3) Si les catégories de pratiques et de jeux sont disjointes (les critères d'analyse sont exclusifs à une catégorie) ; 4) Si des difficultés sont rencontrées lors de l'analyse des entretiens.

1. Au cours des entretiens, les skieurs et skieuses évoquent différentes activités privées qu'ils/elles ont menées à des moments précis [équipe régionale (ÉR), équipe du Québec (ÉQ) et équipe nationale (ÉN)] de leur carrière sportive. **Les activités privées suivantes doivent être analysées :**

    a. Ski libre (cours privé ou ski libre)
    b. Trampoline (période libre ou dans la cours)
    c. Rampe d'eau
    d. Conditionnement physique
    e. Saut dans la cour ou à côté du chalet ou dans une piste fermée
    f. Snowpark
    g. Playmobile ®, crayon ou bonhomme
    h. Imagerie mentale
    i. Visionnement de vidéos de soi
    j. Visionnement de vidéos d'autres skieurs ou athlètes
    k. Observation de Coupes du monde
    l. Discussion à propos du ski
    m. Autres

2. INSTRUCTIONS : Vous aurez à analyser le discours des skieurs sur chaque activité privée qu'ils ont menée. Vous avez deux documents : le premier répertorie l'évocation de chaque skieur sur les diverses activités qu'il a menées et le deuxième est le verbatim d'origine. Débutez par le premier document, si vous souhaitez plus de précision, consultez le deuxième document. Afin de vous familiariser avec le premier document, voici un exemple d'évocation d'une activité privée de ski libre du skieur ÉQ15H, activité privée conduite lorsqu'il était sur l'équipe du Québec (ÉQ) et sur l'équipe régionale (ÉR) :

SKI LIBRE- ÉQ

ÉQ15H est un skieur de bosses qui a participé régulièrement aux journées optionnelles : « *L'hiver que je fais toujours une journée de ski de plus que tout le monde. Je suis tout le temps en ski, même si on a congé je suis allé m'entraîner dans la piste (50). Les journées optionnelles j'y vais tout le temps (...) le vendredi est optionnel mais je fais tout le temps toutes les journées optionnelles (74)* ».

Il va régulièrement skier avec d'autres personnes : « *Soit j'y va seul ou soit j'y va avec, des fois je suis avec ÉNC10F, des fois j'y allais avec ÉNC9F (52). Avec ÉNC10F je l'ai fait quand même souvent cette année, je l'ai fait à Tignes. Pis on l'a fait à notre montagne d'équipe régionale une couple de fois. Quand on s'entraînait pas, parce qu'elle a couché chez ÉNC18H, des fois on sortait skier quand on n'avait pas d'entraînement pis on se coachait (62)* ».

Comment les sessions de ski libre se déroulaient avec d'autres : « *Il y en a un qui descend en premier pis on se regarde pis on se coache (60). Je me souviens peut-être pas de ce qu'elle m'a dit mais des fois c'est vrai, que je me dis c'est vrai, c'est pas fou ce que tu me dis (66)* ».

Ce qu'il travaille lorsqu'il va skier : « *Normalement je saute pas, je fais rien que skier pis j'ai quand même un problème de pivotage, je pivote pis je me concentrais juste sur ma ligne de ski pis c'est de pas aller vite mais me concentrer à bien skier pis a bien me sentir (54). Full contrôle c'est pas tout le temps bon, (...) bien feeler les bosses que tu vois bien, que la ligne de ski ... que tu pivotes pas tout de suite les pieds tsé des fois ça peut donner des coups faque ça c'est pas sentir des coups, pas sentir que mes mains bougent pis avoir le dos qui va pas encaisser les chocs qui va toujours rester droit (56).*

C'est le feeling que je ressens (...) je peux skier la vision un peu plus basse pour regarder mes skis, si je vois bien qu'ils ont une belle ligne (58) ».

SKI LIBRE - ÉR

Lorsqu'il allait skier après les entraînements : « *J'allais soit faire du parc, pis des fois on faisait un peu de bosses (230). Le monde de l'équipe, avec G., c'est un gars de St-Côme, pis avec ÉNB5H pis ÉNC18H (232). Je descendais pour descendre, pis avoir du fun (236)* ».

*** Dans la section d'utilisation de la grille d'analyse, vous verrez le passage de cet extrait qui a été sélectionné pour statuer que le ski libre sur l'ÉR correspond à une pratique spontanée.

3. Pour chaque activité évoquée en (1) et selon qu'elle a lieu sur l'équipe régionale (ÉR), l'équipe du Québec (ÉQ) et/ou l'équipe nationale (ÉN), vous devez analyser le contenu au moyen de la grille ci-dessous (tel un filtre) afin de déterminer si l'activité qu'ils/elles évoquent correspond à une pratique (délibérée ou spontanée) ou un jeu (comme pratique ou délibéré), ou si celle-ci ne correspond pas aux pratiques et aux jeux identifiés dans la littérature :

	Côté					Ajout hypothétique	Piaget		
	Ericsson	Ericsson							
	Pratique délibérée	***Pratique délibérée réflexive***	**Pratique spontanée**	**Jeu comme pratique**	**Jeu délibéré**	***Pratique spontanée réflexive***	***Jeu de règles***	***Jeu symbolique***	***Jeu d'exercice***
Orientation temporelle	Futur	*Futur*	Présent	Présent	Présent	*Présent*	*Présent*	*Présent*	*Présent*
Gratification	Après, lors de la performance en situation institutionnelle	*Après, lors de la performance en situation institutionnelle*	Immédiate, par l'amélioration en cours de pratique	Immédiate	Immédiate	*Après, lors de la performance en situation institutionnelle*	*Immédiate*	*Immédiate*	*Immédiate*
Forme d'étayage	Prescrite et guidée par l'entraîneur *(présence physique ou intériorisation)*	*Prescrite et guidée par l'entraîneur (présence physique ou intériorisation)*	Absence d'étayage ou étayage par ses coéquipiers ou un autre athlète	Mis en place et dirigé par l'entraîneur	Absence d'étayage ou instructions minimales par le parent ou étayage par ses coéquipiers ou un autre athlète	*Absence d'étayage ou étayage par ses coéquipiers ou un autre athlète*	*Aucun*	*Aucun*	*Aucun*
Régulation de l'activité	Régulée par l'entraîneur	*Régulée par l'entraîneur*	Autorégulée ou régulée par un autre athlète	Régulé par l'entraîneur	Autorégulé ou régulé par un autre athlète/parent ; régulé par les *règles du sport adaptées par les athlètes afin de répondre aux caractéristiques de l'environnement*	*Autorégulée ou régulée par un autre athlète*	*Autorégulé ou régulé par d'autres enfants*	*Autorégulé ou régulé par d'autres enfants*	*Autorégulé*
Objectif de l'activité	Amélioration d'une habileté en vue d'une performance	*Réflexion sur l'amélioration d'une habileté en vue d'une*	Pratique d'une habileté sportive	Situations d'apprentissage plaisantes lors de	Exploration des capacités physiques dans le respect des	*Réflexion sur l'amélioration de l'habileté sportive*	*Respect de la règle dirigea*	*Reproduction de symboles*	*Exercice de son pouvoir sensori-*

	future	*performance future*		l'entraînement	règles sportives établies		*nt le jeu*		*moteur sur soi-même*
Situation sociale	Seul ou avec l'entraîneur	*Seul ou avec l'entraîneur*	Seul ou avec d'autres athlètes de divers âges et divers niveaux	Avec d'autres athlètes	Seul, ou avec d'autres athlètes de divers âges et divers niveaux et/ou adultes ;	*Seul ou avec d'autres athlètes de divers âges et divers niveaux*			
Environnement	Structuré	*Structuré*	Non structuré	Structuré	Non structuré	*Non structuré*			

LÉGENDE. Les informations en *italique* correspondent aux critères adaptés et proposés pour la présente recherche.

* * Il est possible qu'il y ait des informations indisponibles pour répondre à tous les critères d'une pratique ou d'un jeu. Si la plupart des critères sont remplis, vous pouvez identifier l'activité comme une pratique ou un jeu. Si des éléments sont contradictoires avec les critères, alors vous ne pouvez considérer l'activité privée comme une pratique ou un jeu.

INSTRUCTION : Voici des exemples d'analyse d'extraits de verbatim pour chaque catégorie. Ces extraits proviennent de différents entretiens et constituent le meilleur exemple de la catégorie. Le jeu comme pratique est absent des entretiens puisque les skieurs n'évoquent pas ce type de jeu.

PRATIQUE DÉLIBÉRÉE – SKI LIBRE (Cours privé) - ÉR							
Extrait	*Vers 14-15 ans quand j'approchais l'équipe du Québec...ben y avait les mercredis avec Coach 1 et Coach 2 que là c'était vraiment 2-3 heures d'entraînement dans les bosses à skier avec eux (ÉNA1H, ÉR, 80)*						
	Dans le futur puisqu'il tient cette activité afin d'atteindre l'ÉQ	*Information indisponible*	Par les entraîneurs privés	Par les entraîneurs	Amélioration d'habiletés de ski dans les bosses	Avec un groupe de skieurs	Structuré par les entraîneurs
Indices discursifs	« Équipe du Québec »	*Aucun*	« Coach 1 et Coach 2 »	« Coach 1 et Coach 2 »	« Entraînement »	Connaissance du contexte de pratique par la doctorante	« Coach 1 et Coach 2 »
	Orientation temporelle	*Gratification*	*Forme d'étayage*	*Régulation de l'activité*	*Objectif de l'activité*	*Situation de pratique*	*Environnement*
PRATIQUE SPONTANÉE – SKI LIBRE - ÉQ							
Extrait	*Je suis tout le temps en ski, même si on a congé je suis allé m'entraîner dans la piste (50). Je fais rien que skier pis j'ai quand même un problème de pivotage, je pivote pis je me concentrais juste sur ma ligne de ski pis c'est de pas aller vite mais me concentrer à bien skier pis a bien me sentir (ÉQ15H, ÉQ, 54)*						
	Dans le présent puisqu'il travaille une habileté problématique actuellement	Immédiat puisqu'il observe ses skis au moment de faire	Aucun	Le skieur lui-même adapte sa façon de skier selon ce qu'il perçoit de ses skis	Amélioration sa ligne de ski en ne pivotant pas	Seul en ski	Non structuré puisqu'il n'y a pas programmation de la séance
Indices discursifs	Se concentre dans le moment présent à bien skier et bien sentir	Bien se sentir	Aucun	Lui qui régule en se concentrant à bien skier et bien sentir	« Problème de pivotage »	Skier	Est dans la piste même les jours de congés
	Orientation temporelle	*Gratification*	*Forme d'étayage*	*Régulation de l'activité*	*Objectif de l'activité*	*Situation de pratique*	*Environnement*

JEU DÉLIBÉRÉ – TRAMPOLINE MAISON - ÉR							
Extrait	*Nous autres on jouait à, on faisait les Coupes du monde là, genre des courses, (..) c'est des compé. On s'assoyait, on sortait des chaises, pis là on était 4 faque y'avait 3 juges pis une personne faisait comme une descente de bosses mais sur la trampo. Pis les autres ils jugeaient, marquaient sur des papiers, pis après ça on se disait la compilation des résultats. Mais tsé on faisait pas, on faisait pas nous-mêmes là. On faisait d'autres personnes. On faisait le monde sur la Coupe du monde. (343), On faisait le premier saut, pis comme le start on l'faisait pas, on faisait le premier saut, on atterrissait, pis on faisait tac tac tac, tsé comme des bosses, fallait en faire comme 15 pis là après ça tu faisais le deuxième saut, tu atterrissais, tu faisais 5 bosses (rires) (ÉNA2H , ÉR, 345)*						
	Dans l'activité elle-même	Immédiate par le plaisir ressenti dans l'activité	Par les enfants dans le jeu qui occupent le rôle de juges	Par les skieurs dans le jeu qui occupent le rôle de juges	Avoir du plaisir en simulant des compétitions de Coupe du monde	Avec d'autres enfants de la même cohorte	Non structuré puisque ne s'inscrit pas dans un programme d'entraînement
Indices discursifs	« On faisait des Coupes du monde »	« Compilation des résultats »	« Ils jugeaient »	« Ils jugeaient »	Rigole lors de l'entrevue lorsqu'il évoque cette activité privée	« Nous autres »	« Faisait les Coupes du monde »
	Orientation temporelle	*Gratification*	*Forme d'étayage*	*Régulation de l'activité*	*Objectif de l'activité*	*Situation de pratique*	*Environnement*
PRATIQUE SPONTANÉE RÉFLEXIVE – VIDEOS DE SOI - ÉN							
Extrait	*Tu prends ton meilleur, tu regardes tout le temps ton meilleur de la journée pis tu regardes ce que tu peux améliorer là-dessus. Pis après ça tu essaies vraiment de faire de mieux en mieux (ÉNA2H, 316)*						
	Dans le présent puisqu'il travaille une habileté problématique actuellement	Immédiate	Aucun	Choisit la meilleure vidéo	Améliorer l'habileté observée	Seul en ski	Non structuré puisqu'il n'y a pas de programmation de la séance
Indices discursifs	« Prends le meilleur de la journée pis tu regardes ce que tu peux améliorer	« regarde ce que tu peux améliorer »	Aucun	« Tu prends ton meilleur »	« Tu regardes ce que tu peux améliorer ; tu essaies de faire de mieux en mieux »	Indisponible, mais il ne mentionne personne	Indisponible, mais il prend l'initiative de regarder la vidéo pour s'améliorer

	dessus »						
	Orientation temporelle	*Gratification*	*Forme d'étayage*	*Régulation de l'activité*	*Objectif de l'activité*	*Situation de pratique*	*Environnement*
PRATIQUE DÉLIBÉRÉ RÉFLEXIVES– VIDÉOS DE SOI - ÉQ, ÉN							
Extrait	*Je regardais les vidéos le soir avec mes entraîneurs, la vidéo de la journée. On regardait les vidéos pis ils me disaient qu'est-ce qu'ils pensaient (ÉNB5H, 228)*						
	Probablement pour le lendemain	Lorsqu'il retournera sur les pentes	Par les entraîneurs	Par les entraîneurs	Des vidéos de la journée d'entraînement	Avec ses entraîneurs	Structuré puisque cela s'inscrit dans un programme d'entraînement
Indices discursifs	Indisponible	Plus tard	« Mes entraîneurs »	« Ils me disaient qu'est-ce qu'ils pensaient »	« La vidéo de la journée »	« Avec mes entraîneurs »	« la vidéo de la journée et ce qu'ils pensaient »
	Orientation temporelle	*Gratification*	*Forme d'étayage*	*Régulation de l'activité*	*Objectif de l'activité*	*Situation de pratique*	*Environnement*
JEU DE RÈGLES – ARTEFACT - ÉR							
Extrait	*Des crayons (...) qui faisaient des twists, des backs (439). Un ski, deux skis, un backflip cross (441) À l'école là, mes crayons à mine (...) Tu fais genre...pac pac pac. Ça faisait comme des pôles. (...) C'est comme une bosse, faque j'pique dans l'dos d'la bosse (...) je faisais...toc toc toc...ça faisait comme des traces de pôle là à terre. Fallait tout l'temps tu sois derrière, fallait jamais qu'ils dépassent. Là j'allais le plus vite possible. Fallait tout l'temps que les points soient l'autre bord d'la ligne mais collés. C'est comme des pôles là (ÉNA3H, 449)*						
	Probablement présent	Immédiat	Aucun	Auto-régulé	Reproduction du planté de bâton en ski de bosses	En présence de d'autres élèves	Non-structuré
Indices discursifs	Indisponible	« fallait tout le temps que les points soient l'autre bord de la ligne mais collés »	« j'pique »	« Ils me disaient qu'est-ce qu'ils pensaient »	« C'est comme une bosse, faque je pique dans le dos de la bosse »	« à l'école »	« à l'école »
	Orientation temporelle	*Gratification*	*Forme d'étayage*	*Régulation de l'activité*	*Objectif de l'activité*	*Situation de pratique*	*Environnement*
JEU SYMBOLIQUE – SKI LIBRE - ÉQ, ÉN							

Extrait	*Quand j'allais skier après, j'essayais de skier vite, j'essayais de faire un peu comme eux tsé. J'allais voir sur le côté de la piste, pis tsé ça saute les bosses là. N'importe qui skie vite saute les bosses (...) J'étais là, ils sautent les bosses, ils sautent les bosses. (...) Je sais pas qu'est-ce que j'ai appris avec ça mais j'pense c'est beaucoup de choses (271). Il y avait comme la expo à côté, y'avait des bosses, on allait skier, j'essayais d'aller vite (273). Avoir le style à Jeremy Bloom ou essayer d'le faire comme le style. j'essayais genre. (...) On allait skier pis on était là « Check j'vais essayer de skier comme Janne, j'vais essayer de skier comme Bloom (277). On skiait pas comme eux mais dans notre tête on était (...) Dans ma tête j'sentais que j'étais comme Janne, genre je skiais comme lui (ÉNA3H, 281)*						
	Présent	Immédiat	Aucun, mais a un idéal de ce que veut faire	Lui et son modèle	Imiter le style des skieurs de la Coupe du monde	Avec ses coéquipiers	Non-structuré
Indices discursifs	« Je vais essayer de skier comme Janne »	« Dans ma tête je me sentais comme Janne »	« J'allais voir sur le côté de la piste (la Coupe du monde) »	« avoir le style à »	« J'essayais de faire un peu comme eux (…) Je vais essayer de skier comme Janne »	« On »	« Il y avait comme la expo à côté, y'avait des bosses, on allait skier, j'essayais d'aller vite »
	Orientation temporelle	*Gratification*	*Forme d'étayage*	*Régulation de l'activité*	*Objectif de l'activité*	*Situation de pratique*	*Environnement*
JEU D'EXERCICE – VIDÉOS DE SOI – ÉR							
Extrait	*Je m'amusais partout, je sautais partout, j'étais dans les bosses (60 ; ÉR) ; C'était vraiment juste pour le fun (62) ; Jusqu'à l'âge de 14 là, 13-14 j'pense que les jeunes faut vraiment juste qu'ils s'amusent pis c'est ça que j'pense que j'ai fait, j'me cassais pas la tête j'faisais juste m'amuser puis j'étais avec mes amis pis on skiait pis on skiait pis on skiait (ÉNA1H, 64)*						
	Présent	Immédiat	Aucun	Autorégulé	Skier en s'amusant	Avec ses amis	Non-structuré
Indices discursifs	« Je m'amusais »	« Je m'amusais »	Aucun	« Je »	« on skiait, pis on skiait, pis on skiait » et « s'amuser »	« avec mes amis »	Indisponible, sinon « je m'amusais partout »
	Orientation temporelle	*Gratification*	*Forme d'étayage*	*Régulation de l'activité*	*Objectif de l'activité*	*Situation de pratique*	*Environnement*

ANNEXE H
COMPILATION DES ADÉQUATIONS ACTIVITÉS PRIVÉES – ÉQUIPES DE SKI DE BOSSES – CONSÉQUENCES/BÉNÉFICES SELON LE DÉSIR À L'ORIGINE DE L'ACTIVITÉ PRIVÉE

	Désirs	**Activités privées**	**Équipes de ski de bosses**	**Bénéfices**
Performance globale	Vouloir dépasser son niveau de performance actuel (pousser ses limites)	Pratique délibérée – Rampe d'eau (n = ÉNA2H) Pratique spontanée – Trampoline maison (n = ÉNA1H) Jeu délibéré – Snowpark (n = ÉNB5H)	ÉR (n = ÉNA1H, ÉNB5H) ÉQ (n = ÉNA1H) ÉN (n = ÉNA2H, ÉNA1H)	Faire de nouveaux mouvements (PDR, ÉN, ÉNA2H) Apprendre la mécanique d'un saut (PDR, ÉN, ÉNA2H) Maîtriser suffisamment le saut pour qu'il soit sécuritaire (PDR, ÉN, ÉNA2H) Développer un sens aérien (PSTM, ÉR/ÉQ/ÉN, ÉNA1H) Procurer de l'adrénaline (JDS, ÉR/ÉQ, ÉNB5H)
	Vouloir être parmi les meilleurs en compétition	Pratique délibérée – Rampe d'eau (n = ÉNA3H)	ÉR (n = ÉNA3H) ÉQ (n = ÉNA3H)	Acquérir une bonne base (PDR, ÉR, ÉNA3H) Apprendre à vriller (PDR, ÉR, ÉNA3H) Exécuter des sauts avec un plus haut DD (PDR, ÉR, ÉNA3H)
	Vouloir gagner des compétitions (avec un backflip)	Pratique délibérée – Rampe d'eau (n = ÉNC8H)	ÉR (n = ÉNC8H)	Exécuter un backflip (PDR, ÉR, ENC8H)

				Vaincre la peur de faire un flip (PDR, ER, ÉNC8H)
	Vouloir atteindre l'ÉQ ou l'ÉN	Pratique délibérée – Cours de ski (n = ÉQ12F) Pratique délibérée – Conditionnement physique (n = ÉNC10F) Pratique spontanée – Ski libre (n = ÉNA1H)	ÉR (n = ÉQ12F, ÉNA1H) ÉQ (n = ÉNC10F)	Améliorer sa technique de ski (PDCS, ÉR, ÉQ12F) Devenir plus forte et ainsi tenir les parcours (PDCP, ÉQ, ÉNC10F) Indisponible (PSSL, ÉR, ÉNA1H)
	Vouloir tout faire pour réussir	Pratique délibérée – Conditionnement physique (n = ÉNA1H) Autres – Préparation mentale (n = ÉNA1H)	ÉN (n = ÉNA1H)	Indisponible (PDCP, ÉN, ÉNA1H) Optimiser mon potentiel en tant que skieurs (APM, ÉN, ÉNA1H)
	Vouloir remplacer une journée d'entraînement annulée	Pratique délibérée – Conditionnement physique (n = ÉQ12F)	ÉQ (n = ÉQ12F)	Indisponible (PDCP, ÉQ, ÉQ12F)
	Vouloir simuler une descente de compétition	Jeu délibéré – Ski libre (n = ÉNA3H)	ÉR (n = ÉNA3H)	Faire une descente de compétition sans erreurs (JDSL, ÉR, ÉNA3H)
	Vouloir vaincre ses faiblesses	Pratique spontanée – Ski libre (n = ÉNC10F, ÉQ15H)	ÉQ (n = ÉNC10F, EQ15H)	Skier plus vite (PSSL, ÉQ, ÉNC10F) Les skis pivotent moins (PSSL, ÉQ, ÉQ15H)
	Vouloir perfectionner ses sauts	Pratique spontanée – Trampoline maison (n = ÉQ14H)	ÉR (n = ÉQ14H)	Perfectionner ses backflips, ses D-spin et ses cork (PSTM, ÉR, ÉQ14H)
	Vouloir se visualiser descendre le parcours de compétition/ Vouloir visualiser sa meilleure descente	Pratique délibérée réflexive – Imagerie mentale (n = ÉQ14H) Pratique spontanée	ÉQ (n = ÉQ12F, ÉQ13F, ÉQ14H) ÉN (n = ÉNC9F)	Se sentir en confiance (PSRIM, ÉN, ÉNC9F) Trouver la longueur de respiration que tu veux (PSRIM, ÉN,

		réflexive – Imagerie mentale (n = ÉNC9F, ÉQ12F, ÉQ13F, ÉQ14H, ÉQ15H)		ÉNC9F) Visualiser ce qu'elle doit faire ou améliorer (PSRIM, ÉQ, ÉQ12F ; PDRIM/PSRIM, ÉQ, ÉQ14H) Se remémorer les bons moments (PSRIM, ÉQ, ÉQ13F) Indisponible (PSRIM, ÉQ, ÉQ15H)
	Vouloir regarder des photos pour apprendre	Pratique spontanée réflexive – Photos (n = ÉQ14H)	ÉQ (n = ÉQ14H)	Observer précisément chaque détail (PSRPH, ÉQ, ÉQ14H)
	Vouloir reproduire des compétitions	Jeu de règles – Artefact (n = ÉNA3H) Autres – Mixte (n = ÉNA3H, ÉQ15H)	ÉR (n = ÉNA3H, ÉQ15H) ÉQ (n = ÉNA3H, ÉQ15H) ÉN (n = ÉNA3H)	Indisponible (JRA, ÉR/ÉQ/ÉN ÉNA3H, AM, ÉR/ÉQ, ÉQ15H) Être passionné du ski de bosses (AM, ÉR/ÉQ, ÉNA3H)
	Vouloir visionner une vidéo de l'endroit où il ira skier	Autres – Préparation mentale (n = ÉNB5H)	ÉN (n = ÉNB5H)	Être prêt mentalement pour la compétition (APM, ÉN, ÉNB5H)
	Vouloir accumuler des kilomètres en ski	Autres – Kilométrage en ski (ÉNB5H)	ÉR (n = ÉNB5H)	Skier sans penser (AK, ÉR, ÉNB5H)
Préparation à la performance	Vouloir visualiser ce qu'elle veut exécuter une fois en ski	Pratique spontanée réflexive – Imagerie mentale (n= ÉNC10F)	ÉR (n = ÉNC10F) ÉQ (n = ÉNC10F) ÉN (n = ÉNC10F)	Visualiser les bonnes habiletés qu'elle veut exécuter lors de son prochain entraînement (PSRIM, ÉR/ÉQ/ÉN, ÉNC10F) Se sentir en confiance (PSRIM, ÉR/ÉQ/ÉN, ÉNC10F)
	Vouloir visualiser ses sauts pour le lendemain ou le jour même	Pratique spontanée réflexive – Imagerie mentale (n = ÉQ16H)	ÉQ (n = ÉQ16H)	Faciliter l'exécution de la motion une fois sur la neige (PSRIM, ÉQ, ÉQ16H)

				Savoir comment skier la bosse après l'atterrissage (PSRIM, ÉQ, ÉQ16H)
Habiletés en ski	Vouloir skier vite	Pratique délibérée – Ski libre (n = ÉNA3H)	ÉR (n = ÉNA3H)	Bien ralentir pour aller plus vite (PDSL, ÉR, ÉNA3H)
	Vouloir essayer par lui-même de développer ses habiletés en ski	Pratique délibérée – Ski libre (n = ÉNA3H)	ÉR (n = ÉNA3H)	Devenir un meilleur skieur (PDSL, ÉR, ÉNA3H) Maintenir les skis plus droits (PDSL, ÉR, ÉNA3H)
	Vouloir imiter son modèle (ski)	Pratique spontanée – Ski libre (n = ÉNA3H) Jeu symbolique – Ski libre (n = ÉNA3H)	ÉR (n = ÉNA3H)	Développer son style de skieur (PSSL, ÉR, ÉNA3H) Garder les pieds en dessous (PSSL, ÉR, ÉNA3H) Garder la vision haute (PSSL, ÉR, ÉNA3H) Sentir comment ces skieurs se sentent en skiant (JSSL, ÉR, ÉNA3H)
	Vouloir conduire des exercices de base pour sa réhabilitation	Pratique délibérée – Ski libre (n = ÉNA4H)	ÉN (n = ÉNA4H)	Être centré sur les skis et reprendre contact avec la neige (PDSL, ÉN, ÉNA4H)
	Vouloir skier pour skier	Jeu d'exercice – Ski libre (n = ÉNA1H, ÉQ11H, ÉQ13F, ÉQ14H)	ÉR (n = ÉNA1H, ÉQ11H, ÉQ13F, ÉQ14H) ÉQ (n = ÉQ13F)	Skier avec son père (JESL, ÉR, ÉQ11H) Skier pour skier (JESL, ÉR, ÉQ13F, ÉNA1H) Travailler sans le savoir (JESL,

				ÉR, ÉQ14H)
	Vouloir skier	Pratique spontanée – Ski libre (n = ÉNC10F)	ÉR (n = ÉNC10F)	Développer des habiletés en ski de bosses (PSSL, ÉR, ÉNC10F)
	Vouloir skier les bosses	Pratique spontanée – Ski libre (n = ÉNC10F, ÉQ13F)	Avant ÉR (n = ÉNC10F) ÉR (n = ÉQ13F) ÉQ (n = ÉQ13F)	Indisponible (PSSL, ÉR, ÉNC10F) Travailler les habiletés de la technique de ski de bosses (PSSL, ÉR, ÉQ13F) Améliorer sa technique de ski (PSSL, ÉQ, ÉQ13F)
	Vouloir relever un défi (ski)	Jeu délibéré – Ski libre (n = ÉQ15H)	ÉQ (n = ÉQ15H)	Améliorer sa ligne de ski (JDSL, ÉQ, ÉQ15H)
	Vouloir lire un livre sur la technique de base en ski de bosses afin de construire les activités privées de conditionnement physique	Pratique délibérée réflexive – Lecture (n = ÉQ14H)	ÉQ (n = ÉQ14H)	Comprendre le livre qui explique la position de base en ski de bosses (PDRL, ÉQ, ÉQ14H) Guide la correction de la posture en ski de bosses (PDRL, ÉQ, ÉQ14H)
	Vouloir visualiser des habiletés qu'il ne fait pas encore	Pratique spontanée réflexive – Imagerie mentale (n = ÉNA3H)	ÉR (n = ÉNA3H) ÉQ (n = ÉNA3H) ÉN (n = ÉNA3H)	Sentir le progrès parce que c'est comme skier (PSRIM, ÉR/ÉQ/ÉN, ÉNA3H) Aider pour les atterrissages (PSRIM, ÉR/ÉQ/ÉN, ÉNA3H)
	Vouloir visualiser la technique de ski	Pratique spontanée réflexive – Imagerie mentale (n = ÉNC7H)	ÉQ (n = ÉNC7H) ÉN (n = ÉNC7H)	Construction du modèle de skieur (PSRIM, ÉQ/ÉN, ÉNC7H)
	Vouloir respecter la règle de pôler dans le dos de la bosse	Jeu de règles – Artefact (n = ÉNA3H)	ÉR (n = ÉNA3H)	Indisponible (JRA, ÉR, ÉNA3H)
	Vouloir observer des vidéos pour comprendre la technique de base en ski de bosses	Pratique délibérée réflexive – Vidéo instructive (n = ÉQ14H)	ÉQ (n = ÉQ14H)	Adapter les activités privées de conditionnement physique (PDRVI, ÉQ, ÉQ14H)

				Comprendre le discours et les images dans la vidéo pour constater s'il fait ça lui aussi (PDRVI, ÉQ, ÉQ14H)
Habiletés en sauts	Vouloir apprendre l'exécution d'un backflip/ Vouloir pratiquer un backflip	Pratique délibérée – Rampe d'eau (n = ÉNC9F) Pratique spontanée – Trampoline maison (n = ÉQ13F, ÉQ16H) Pratique spontanée – Trampoline Centre (n = ÉQ13F)	ÉR (n = ÉNC9F, ÉQ13F, ÉQ16H)	Mettre en confiance (PDR, ÉR, ÉNC9F) Réduire/affronter la peur (PDR, ÉR, ÉNC9F ; PSTM, ÉR, ÉQ13F) Améliorer ses sauts (PSTM, ÉR, ÉQ16H) Indisponible (PSTC, ÉR, ÉQ13F)
	Vouloir apprendre des nouveaux sauts/ Vouloir essayer un nouveau saut/ Vouloir essayer n'importe quoi	Pratique spontanée – Rampe d'eau (n = ÉQ14H) Pratique spontanée – Sauter sur la neige (n = ÉNC10F) Pratique spontanée – Trampoline centre (n = ÉQ14H) Pratique spontanée – Snowpark (n = ÉNB5H) Jeu délibéré – Snowpark (n = ÉNB5H)	Avant ÉR (n = ÉNC10F) ÉR (n = ÉQ14H, ÉNA1H, ÉNA2H, ÉNA3H, ÉQ14H, ÉNA1H, ÉNB6H, ÉNC8H, ÉNC10F, ÉQ11H, ÉQ12F, ÉQ16H, ÉNB5H, ÉNA4H, ÉNC7H, ÉNC9F) ÉQ (n = ÉNB5H)	Faire des nouveaux sauts (PSR/PSTC, ÉR, ÉQ14H ; JDTC/PSS, ÉR/ÉQ, ÉNB5H ; AM, ÉR, ÉNA1H) Faire un backflip pour la première fois (JDSN, ÉR, ÉNA1H, JD, ÉR, ÉQ11H, AM, ÉR, ÉNC7H) Faire un 360° (JDSN, ÉR, ÉNA2H) Avoir du plaisir/s'amuser (JDSN, ÉR, ÉNA3H ; JDTM, ÉR, ÉNC8H ; JDTM, ÉR, ÉQ14H ; JDTM/JDTC, ÉR, ÉQ16H ; AM, ÉR, ÉNA1H)

		Jeu délibéré – Sauter sur la neige (n = ÉNA1H, ÉNA2H, ÉNA3H, ÉQ14H) Jeu délibéré – Trampoline maison (n = ÉNA1H, ÉNA2H, ÉNB6H, ÉNC8H, ÉNC10F, ÉQ11H, ÉQ14H, ÉQ16H) Jeu d'exercice – Trampoline maison (n = ÉQ12F) Jeu délibéré – Trampoline centre (n = ÉNB5H, ÉQ16H) Jeu délibéré – Tremplin (n = ÉNA4H) Autres – Mixte (n = ÉNA1H, ÉNC7H, ÉNC9F)		Apprivoiser la peur (PSSN, avant ÉR, ÉNC10F, JDTM, ÉR, ÉNA1H ; AM, ÉR, ÉNA1H ; AM, ÉR, ÉNC9F) Indisponible (JDSN, ÉR, ÉQ14H) Développer le sens aérien (JDTM, ÉR, ÉNA2H) Apprendre/comprendre un nouveau mouvement (JDTM, ÉR, ÉNA2H) Apprendre plus rapidement des sauts (JDTM, ÉR, ÉNB6H) Double back, triple back (JDTC, ÉR, ÉQ16H) Dépasser son niveau actuel de performance (me pousser) (JDT, ÉR, ÉNA4H ; AM, ÉR, ÉNA1H) Indisponible (JDTM, ÉR, ÉNC10F ; JETM, ÉR, ÉQ12F)
	Vouloir maîtriser les bases en sauts	Pratique délibérée – Cours de trampoline (n = ÉQ17F)	ÉR (n = ÉQ17F)	Améliorer tes sauts (PDCT, ÉR, ÉQ17F)
	Vouloir améliorer les sauts	Pratique délibérée – Gymnastique (n = ÉNC10F) Pratique spontanée – Trampoline maison (n =	ÉQ (n = ÉNC10F, ENA1H) ÉR (n = ÉQ11H, ÉNA1H)	Améliorer son 360° (PDG, ÉQ, ÉNC10F) Améliorer son backflip (PDG, ÉQ, ÉNC10F)

		ÉQ11H) Pratique spontanée – Snowpark (n = ÉNA1H)		Améliorer les sauts déjà acquis (PSTM, ÉR, ÉQ11H) Développer le sens aérien (PSS, ÉQ, ÉNA1H)
	Vouloir réaliser des sauts avec un plus haut DD (faire des gros sauts)	Pratique spontanée – Sauter sur la neige (n = ÉNB6H) Jeu d'exercice – Snowpark (n = ÉNC8H)	ÉR (n = ÉNC8H) ÉQ (n = ÉNB6H)	Faire des backflips (PSSN, ÉQ, ÉNB6H) Devenir plus habile (JES, ÉR, ÉNC8H)
	Vouloir sauter haut	Pratique délibérée – Camp d'entraînement (n = ÉNA3H) Jeu symbolique – Imagination (n = ÉNA4H)	ÉR (n = ÉNA3H, ÉNA4H)	Être un sauteur (PDCE, ÉR, ÉNA3H) Indisponible (JSI, ÉR, ÉNA4H)
	Vouloir apprendre un 360°/essayer un 360°	Pratique délibérée – Sauter sur la neige (n = ÉNC10F) Pratique spontanée – Sauter sur la neige (n = ÉQ12F, ÉQ14H)	ÉR (n = ÉNC10F, ÉQ12F) ÉQ (n = ÉQ14H)	Réussir un 360° (PDSN, ÉR, ÉNC10F ; PSSN, ÉR, ÉQ12F ; PSSN, ÉQ, ÉQ14H)
	Vouloir faire le plus de sauts possible	Jeu délibéré – Trampoline maison (n = ÉNA2H)	ÉR (n = ÉNA2H)	Indisponible (JDTM, ÉR, ÉNA2H)
	Vouloir imiter un modèle (saut)	Pratique spontanée – Trampoline maison (n = ÉNA3H) Autres – Mixte (n = ÉNC8H)	ÉR (n = ÉNA3H, ÉNC8H)	Gagner de la révolution dans la vrille (PSTM, ÉR, ÉNA3H) Avoir moins peur un coup sur l'eau (AM, ÉR, ÉNC8H)
	Vouloir vriller le plus que tu peux	Pratique spontanée – Trampoline maison (n =	ÉR (n = ÉNA3H) ÉQ (n = ÉNA3H)	Vriller rapidement (PSTM, ÉR/ÉQ, ÉNA3H)

		ÉNA3H)		
	Vouloir réussir un défi (saut)	Jeu délibéré – Trampoline maison (n = ÉNB6H)	ÉR (n = ÉNB6H)	Apprendre plus rapidement des sauts (JDTM, ÉR, ÉNB6H) Développer un sens aérien (JETM, ÉR, ÉNB6H)
	Vouloir faire des pirouettes	Jeu d'exercice – Trampoline maison (n = ÉNB6H)	ÉR (n = ÉNB6H)	Faire des pirouettes (JETM, ÉR, ÉNB6H) Développer un sens aérien (JETM, ÉR, ÉNB6H)
	Vouloir exécuter un cork 1080°	Pratique spontanée – Trampoline maison (n = ÉNC8H) Pratique spontanée – Trampoline centre (n = ÉQ15H)	ÉR (n = ÉNC8H) ÉQ (n = ÉQ15H)	Être à l'aise dans les airs (PSTM, ÉR, ÉNC8H) Atterrir de manière sécuritaire (PSTM, ÉR, ÉNC8H) Réussir un cork 1080° (PSTC, ÉQ, ÉQ15H)
	Vouloir résoudre une difficulté dans un saut	Pratique spontanée – Trampoline maison (n = ÉQ14H)	ÉR (n = ÉQ14H)	Débloquer dans les airs (PSTM, ÉR, ÉQ14H)
	Vouloir reproduire les sauts des autres au moyen de crayons	Jeu symbolique – Artefact (n = ÉNA3H, ÉQ14H) Jeu de règles – Artefact (n = ÉNC8H)	ÉR (n = ÉNA3H, ÉNC8H, ÉQ14H) ÉQ (n = ÉNA3H, ÉNC8H, ÉQ14H) ÉN (n = ÉNA3H, ÉNC8H)	Indisponible (JSA, ÉR/ÉQ/ÉN ÉNA3H) Bouger l'objet de manière à reproduire un saut parfaitement (JRA, ÉR/ÉQ/ÉN, ÉNC8H, JSA, ÉR/ÉQ, ÉQ14H)
	Vouloir faire des flips avec les crayons/ Reproduire des backflips ayant un bon départ	Pratique spontanée réflexive – Artefact (n = ÉNA4H, ÉNC10F, ÉQ11H, ÉQ14H) Jeu symbolique – Artefact	ÉR (n = ÉNC10F, ÉQ11H, ÉQ14H) ÉQ (n = ÉNA4H)	Voir comment ça se passe,, le sentir et que ce soit parfait (PSRA, ÉQ, ÉNA4H ; JSA, ÉR, ÉQ14H) Imaginer les étapes qu'elle doit

		(n = ÉQ14H)		réaliser pour faire un bon back (PSRA, ÉR, ÉNC10F) T'aider à penser comment tu dois le faire (PSRA, ÉR, ÉQ11H) Améliorer ses backflips (PSRA, ÉR, ÉQ14H)
	Vouloir faire ses premiers backflips	Autres – Mixte (n = ÉQ15H, ÉQ16H)	ÉR (n = ÉQ15H, ÉQ16H)	Enlever la peur de faire un backflip (AM, ÉR, ÉQ15H) Apprendre à faire des backflips (AM, ÉR, ÉQ16H)
Dépasser le niveau de performance de quelqu'un d'autre	Vouloir dépasser le niveau de compétence de l'autre (battre l'autre)	Jeu délibéré – Ski libre (n = ÉNA3H, ÉQ12F)	ÉR (n = ÉNA3H, ÉQ12F)	Égaler ou dépasser le niveau de performance de son adversaire (JDSL, ÉR, ÉNA3H) Être la plus rapide (JDSL, ÉR, ÉQ12F)
	Vouloir dépasser le niveau de la fratrie (battre l'autre)	Jeu délibéré – Trampoline maison (n = ÉNA3H)	ÉR (n = ÉNA3H)	Avoir un meilleur backflip que son frère (JDTM, ÉR, ÉNA3H)
Habiletés de conditionnement physique	Vouloir améliorer la condition physique pour performer	Pratique délibérée – Conditionnement physique (n = ÉNA1H, ÉNA2H, ÉQ14H, ÉQ16H 5)	ÉR (n = ÉNA1H) ÉQ (n = ÉQ16H) ÉN (n = ÉNA1H, ÉNA2H)	Musculation (PDCP, ÉR, ÉN, ÉNA1H) Devenir un meilleur skieur (PDCP, ÉN, ÉNA2H) Être plus lourd sur les skis afin d'être plus stable (PDCP, ÉQ, ÉQ16H)
	Vouloir spécialiser l'entraînement de condition physique à son sport	Pratique délibérée – Conditionnement physique (n = ÉNA3H,	ÉR (n = ÉNA3H) ÉQ (n = ÉNA3H, ÉQ14H)	Endurance (PDCP, ÉR/ÉQ, ÉNA3H) ; (PDCP, ÉQ, ÉQ14H)

		ÉQ14H) Jeu délibéré – Conditionnement physique (n = ÉQ14H)	ÉN (n =ÉNA3H)	Posture/positionnement (PDCP, ÉR/ÉQ, ÉNA3H) Rapidité (PDCP, ÉR/ÉQ, ÉNA3H) Cardiovasculaire (PDCP, ÉR/ÉQ/ÉN, ÉNA3H) ; (PDCP, ÉQ, ÉQ14H) Muscles stabilisateurs (PDCP, ÉR/ÉQ, ÉNA3H) Force (PDCP, ÉQ, ÉQ14H) Endurance (PDCP, ÉQ, ÉQ14H) Être plus rapide que son père (JDCP, ÉQ, ÉQ14H) Battre un temps de course (JDCP, ÉQ, ÉQ14H)
	Vouloir maintenir sa condition physique	Pratique délibérée – Conditionnement physique (n = ÉNC9F)	ÉN (n = ÉNC9F)	Éviter les blessures (PDCP, ÉN, ÉNC9F)
	Vouloir compenser sa morphologie en développant des capacités physiques particulières	Pratique délibérée – Conditionnement physique (n = ÉQ11H)	ÉQ (n = ÉQ11H)	Acquérir de la force (PDCP, ÉQ, ÉQ11H)
	Vouloir s'entrainer lors des jours de congés	Pratique spontanée – Ski libre (n = ÉNC9F)	ÉN (n = ÉNC9F)	Skier en respectant la technique de ski (PSSL, ÉN, ÉNC9F)
	Vouloir suivre le plan d'entraînement	Pratique délibérée – Conditionnement physique (n = ÉNC8H)	ÉN (n = ÉNC8H)	Faire une différence dans les performances (PDCP, ÉN, ÉNC8H)

Affectif	Vouloir s'amuser et/ou avoir du plaisir (fun)	Pratique spontanée – Rampe d'eau (n= ÉNB6H) Pratique délibérée – Camp d'entraînement (n = ÉNA3H) Pratique délibérée réflexive – Artefact (n = ÉQ11H) Jeu d'exercice – Ski libre (n = ÉNA1H, ÉNA3H) Jeu délibéré – Sauter sur la neige (n = ÉNA1H, ÉNA4H) Jeu délibéré – Trampoline maison (n = ÉNA1H, ÉNA2H, ÉNB5H, ÉNC10F) Jeu délibéré – Snowpark (n = ÉNB5H, ÉNC10F) Jeu délibéré – Tremplin (n = ÉQ12F) Jeu d'exercice – Trampoline maison (n = ÉQ16H) Jeu symbolique –	ÉR (n = ÉNB6H, ÉNA3H, ÉNA1H, ÉNB5H, ÉQ16H, ÉQ11H, ÉNC7H, ÉQ15H, ÉNA2H, ENA4H, EQ12F) ÉQ (n = ÉNC10F, ÉQ11H, ÉQ15H)	Indisponible (PSR, ÉR, ÉNB6H, JDTM, ÉR, ÉNA2H ; Autres, ÉQ, ÉNC10F ; AM, ÉR, ÉQ15H) Pour le fun (PDCE, ÉR, ÉNA3H ; JETM, ÉR, ÉNA1H ; JDSN, ÉR, ÉNC10F ; JESL, ÉR, ÉQ16H) Skier (JESL, ÉR, ÉNA1H) Skier (JESL, ÉR, ÉNA1H) Bon de skier (et sauter) (JESL, ÉR, ÉNA3H) Faire un backflip (JDTM, ÉR, ÉNA1H, ÉNA4H, ÉNB5H ; JDT, ÉR, ÉQ12F) Faire des nouveaux sauts (JDTM, ÉR, ÉNA4H) Réduire la peur (JDSN, ÉR, ÉNA1H) Développer le sens aérien (JDTM, ÉR, ÉNB5H) Procurer de l'adrénaline (JDS, ÉR, ÉNB5H) Reproduire des sauts selon les instructions de l'entraîneur (PDRA, ÉR/ÉQ, ÉQ11H)

		Imagination (n = ÉNC7H) Autres – Mixte (n = ÉQ15H) Autres – Construction de sauts enneigés (n = ÉNA2H)		Reproduire le style des skieurs de la Coupe du monde (JSI, ÉR, ÉNC7H) Vivre sa passion (ACS, ÉR, ÉNA2H) Associer les angles du saut au plaisir éprouvé à sauter (ACS, ÉR, ÉNA2H)
	Vouloir faire du sport pour la passion que cela procure	Pratique spontanée – Conditionnement physique (n = ÉNB6H)	ÉQ (n = ÉNB6H) ÉN (n = ÉNB6H)	Garder une forme physique (PSCP, ÉQ/ÉN, ÉNB6H)
	Vouloir adopter une approche sérieuse dans l'entraînement	Pratique délibérée – Conditionnement physique (n = ÉQ15H)	ÉQ (n = ÉQ15H)	Faire la différence (PDCP, ÉQ, ÉQ15H)
	Vouloir apprécier affectivement la reproduction d'un saut avec des crayons	Jeu de règles – Artefact (n = ÉNA3H)	ÉR (n = ÉNA3H)	Indisponible (JRA, ÉR, ÉNA3H)
	Vouloir aller skier (hâte)	Autre – Remémoration de bons souvenirs (n = ÉQ12F)	ÉQ (n = ÉQ12F)	Excitation de partir en compétition (ARBS, ÉQ, ÉQ12F)
Institutionnel	Vouloir obéir aux prescriptions de l'équipe	Pratique délibérée – Conditionnement physique (n = ÉNA4H, ÉQ12F) Pratique délibérée – Journée optionnelle (n = ÉNC10F, ÉQ15H)	ÉQ (n = ÉNA4H, ÉQ12F, ÉNC10F, ÉQ15H) ÉN (n = ÉNA4H)	Indisponible (PDCP, ÉQ/ÉN, ÉNA4H) Indisponible (PDCP, ÉQ, ÉQ12F ; PDJO, ÉQ, ÉNC10F ; PDJO, ÉQ, ÉQ15H)
	Vouloir obtenir les services pour lesquels il a payés	Pratique délibérée – Journée optionnelle (n = ÉNC8H)	ÉQ (n = ÉNC8H)	Indisponible (PDJO, ÉQ, ÉNC8H)

Social	Vouloir skier avec son ami/ses amis (coéquipier)	Pratique spontanée – Ski libre (n = ÉNA2H, ÉQ15H) Jeu d'exercice – Ski libre (n = ÉQ15H) Pratique spontanée – Snowpark (n = ÉNA1H)	ÉR (n = ÉQ15H, ÉNA1H) ÉQ (n = ÉNA2H, ÉQ15H)	Perfectionner ses habiletés en ski (PSSL, ÉQ, ÉNA2H) Avoir du plaisir (JESL, ÉR, ÉQ15H) Améliorer sa technique de ski (PSSL, ÉQ, ÉQ15H) Indisponible (PSS, ÉR, ÉNA1H)
	Vouloir suivre les plus vieux de l'ÉR	Jeu d'exercice – Ski libre (n = ÉNA4H)	ÉR (n = ÉNA4H)	Faire un meilleur skieur (JESL, ÉR, ÉNA4H)
	Vouloir skier avec son frère pour dépasser ses limites	Pratique spontanée – Cours de ski (n = ÉNC9F)	ÉN (n = ÉNC9F)	Améliorer sa vitesse (PDCS, ÉN, ÉNC9F) Avoir du plaisir (PDCS, ÉN, ÉNC9F)
	Vouloir impressionner son ami	Pratique spontanée – Sauter sur la neige (n = ÉNC10F)	Avant ÉR (n = ÉNC10F)	Essayer des 360° (PSSN, avant ÉR, ÉNC10F)
	Vouloir obtenir l'appréciation d'autrui	Pratique spontanée – Trampoline maison (n = ÉQ13F)	ÉR (n = ÉQ13F) ÉQ (n = ÉQ13F)	Obtenir une rétroaction sur la qualité de son exécution (PSTM, ÉR/ÉQ, ÉQ13F)
	Vouloir réussir les mêmes sauts que ses coéquipiers	Jeu délibéré – Snowpark (n = ÉNA4H) Jeu délibéré – Tremplin (n = ÉNC8H)	ÉR (n = ÉNA4H, ÉNC8H)	Maîtriser des sauts que ses coéquipiers font (JDS, ÉR, ÉNA4H) Dépasser son ami dans les sauts (JDT, ÉR, ÉNC8H)
	Vouloir parler avec ses parents juges	Pratique spontanée réflexive – Parler (n = ÉQ13F)	ÉR (n = ÉQ13F)	Obtenir une rétroaction sur ce qu'elle peut travailler et/ou doit faire (PSRP, ÉR, ÉQ13F)
	Vouloir parler d'une vidéo avec	Pratique spontanée	ÉQ (n = ÉQ13F)	Obtenir des informations sur les

	son frère	réflexive – Parler (n = ÉQ13F)		propriétés d'une piste qu'elle va aller skier (PSRP, ÉQ, ÉQ13F)
	Vouloir obéir aux demandes des autres skieurs	Autres – Mixte (n = ÉQ15H)	ÉR (n = ÉQ15H)	Débloquer ses sauts (AM, ÉR, ÉQ15H)
	Parler avec son père de son approche à la compétition	Autres – Préparation mentale (n = ÉQ14H)	ÉQ (n = ÉQ14H)	Croire qu'il peut bien performer en compétition (APM, ÉQ, ÉQ14H)
	Vouloir aider sa sœur dans sa technique de ski	Autres – Étayer d'autres personnes (n = ÉNA3H, ÉNB5H)	ÉQ (n = ÉNA3H) ÉN (n = ÉNA3H, ÉNB5H)	Aider sa sœur à skier plus direct dans les bosses au moyen d'un étayage prescrit et de démonstration (AEAP, ÉQ-ÉN, ÉNA3H) Indisponible (AEAP, ÉN, ÉNB5H)
	Vouloir pousser son frère en rampe d'eau	Autres – Étayer d'autres personnes (n = ÉNA4H)	ÉN (n = ÉNA4H)	Émulation (AEAP, ÉN, ÉNA4H)
	Vouloir coacher des jeunes skieurs	Autres – Étayer d'autres personnes (n = ÉNC10F)	ÉQ (n = ÉNC10F)	Procurer du plaisir (AEAP, ÉQ, ÉNC10F)
	Vouloir écouter des coachs plus expérimentés	Autres – Écouter d'autres entraîneurs (n = ÉQ11H)	ÉQ (n = ÉQ11H)	T'aider même si le discours ne t'est pas destiné (AEAE, ÉQ, ÉQ11H)
Résolution de problèmes	Vouloir corriger ses mauvaises sensations par imagerie	Pratique spontanée réflexive – Imagerie mentale (n = ÉNA4H)	ÉN (n = ÉNA4H)	Sentir ce que tu veux sentir dans la piste (PSRIM, ÉN, ÉNA4H)
	Vouloir discuter de ses difficultés avec ses coéquipiers/ Vouloir résoudre une difficulté en parlant avec ses coéquipiers/ Vouloir discuter avec sa sœur pour améliorer sa ligne de ski	Pratique spontanée réflexive – Parler (n = ÉNB5H, ÉNC7H, ÉQ13F, ÉQ14H, ÉQ16H)	ÉR (n = ÉQ13F) ÉQ (n = ÉQ14H, ÉQ16H) ÉN (n = ÉNB5H, ÉNC7H)	Obtenir la résolution de la difficulté par un autre skieur (PSRP, ÉN, ÉNB5H) Comprendre la sensation à éprouver pour résoudre la difficulté (PSRP, ÉN, ÉNC7H) Obtenir les conseils de son frère

				pour mieux rentrer dans la ligne de pente (PSRIM, ÉR, ÉQ13F) Obtenir la stratégie qui permet de bien réussir un cork (PSRP, ÉQ, ÉQ14H) Obtenir des indications sur ce qu'il peut faire pour améliorer sa ligne de ski (PSRP, ÉQ, ÉQ16H)
	Vouloir résoudre une difficulté éprouvée sur la piste	Pratique spontanée réflexive – Artefact (n = ÉQ14H)	ÉQ (n = ÉQ14H)	Imiter ce qu'il fait avec l'objet et tenter de corriger avec la poupée (PSRA, ÉQ, ÉQ14H)
Observation d'un modèle	Vouloir observer un trampoliniste expert en vrille	Pratique spontanée réflexive – Observation des autres (n = ÉNA3H)	ÉR (n = ÉNA3H)	Distinguer ce qui caractérise ce trampoliniste à vriller rapidement (PSRO, ÉR, ÉNA3H)
	Vouloir observer le meilleur skieur de la Coupe du monde	Pratique spontanée réflexive – Observation des autres (n = ÉNA3H, ÉNC10F)	ÉR (n = ÉNA3H) ÉN (n = ÉNC10F)	Identifier les habiletés caractérisant le meilleur pour l'imiter (PSRO, ÉR, ÉNA3H) Repérer que mêmes les plus grandes skieuses peuvent éprouver des difficultés (PSRO, ÉN, ÉNC10F)
	Vouloir observer son frère parce qu'il est un des meilleurs	Pratique spontanée réflexive – Observation des autres (n = ÉNA4H)	ÉR (n = ÉNA4H)	Observer l'attitude de son frère (PSRO, ÉR, ÉNA4H)
	Vouloir observer les autres pour créer son propre style	Pratique spontanée réflexive – Observation des autres (n = ÉNA4H)	ÉR (n = ÉNA4H) ÉQ (n = ÉNA4H)	Inspiration (PSRO, ÉR/ÉQ, ÉNA4H)
	Vouloir observer une skieuse qui maîtrise des habiletés qu'elle souhaite acquérir	Pratique spontanée réflexive – Observation des autres (n = ÉNC9F)	ÉR (n = ÉNC9F) ÉN (n = ÉNC9F)	Reproduire les habiletés observées chez le modèle (n = PRSO, ÉR/ÉN, ÉNC9F)

	Vouloir observer la technique de ski	Pratique spontanée réflexive – Observation des autres (n = ÉQ11H)	ÉQ (n = ÉQ11H)	Prendre exemple sur son observation afin d'avoir une technique similaire (PSRO, ÉQ, ÉQ11H)
	Vouloir observer son modèle	Pratique spontanée réflexive – Observation des autres (n = ÉQ11H, ÉQ14H)	ÉR (n = ÉQ14H) ÉQ (n = ÉQ11H)	Reproduire/imiter ce qu'il a observé (PSRO, ÉQ, ÉQ11H ; PSRO, ÉR, ÉQ14H) Observation d'un style esthétique Observation de la préparation mentale Observation de l'exécution
	Vouloir observer ce que l'équipe nationale fait en entraînement	Pratique spontanée réflexive – Observation des autres (n = ÉQ14H)	ÉQ (n = ÉQ14H)	Comprendre les fonctions de la routine d'entraînement de l'ÉN (PSRO, ÉQ, ÉQ14H)
Préparation mentale	Vouloir faire des exercices de visualisation et de relaxation	Autres – Préparation mentale (n = ÉNA3H)	ÉR (n = ÉNA3H) ÉQ (n = ÉNA3H) ÉN (n = ÉNA3H)	Ralentir les battements de cœur (APM, ÉR/ÉQ/ÉN, ÉNA3H)
	Vouloir gérer les symptômes de stress	Autres – Préparation mentale (n = ÉNC7H)	ÉQ (n = ÉNC7H) ÉN (n = ÉNC7H)	Stabiliser le rythme cardiaque (APM, ÉQ/ÉN, ÉNC7H)
	Vouloir visionner des vidéos de soi pour voir les bonnes performances	Autres – Préparation mentale (n = ÉNC8H)	ÉN (n = ÉNC8H)	Motivation (APM, ÉN, ÉNC8H)
	Vouloir croire en l'importance de la préparation mentale	Autres – Préparation mentale (n = ÉNC9F)	ÉN (n = ÉNC9F)	Travailler avec un psychologue du sport (APM, ÉN, ÉNC9F)
Construction de sauts enneigés	Vouloir essayer de construire des sauts	Autres – Construction de sauts enneigés (n = ÉNB6H)	ÉR (n = ÉNB6H)	Associer les angles du saut au plaisir éprouvé à sauter (ACS, ÉR, ÉNB6H)

Conséquences sans désirs identifiables

- Faire des sauts plus complexes que ceux qu'il fait déjà sur la neige (PDCT, ÉQ, ÉQ16H)
- Prendre de la force (PDCP, ÉR, ÉB5H)
- Développer un sens aérien (JETM, ÉR, ÉNB6H)
- Réussir un 360°, des twists, des spreads (PDS/PSS, ÉR, ÉNA4H)
- Reproduire l'exécution enseignée par les entraîneurs (PSRA, ÉR/ÉQ, ÉQ15H)
- Rappeler des bons souvenirs (ABS, ÉQ, ÉN, ÉNB5H)

ANNEXE I
ANALYSE THÉMATIQUE DES DÉSIRS À L'ORIGINE DES ACTIVITÉS PRIVÉES DES SKIEURS DE BOSSES EXPERTS ET PROMETTEURS

Tableau 5.2. Catégories et thèmes de désirs à l'origine des activités privées évoquées

Catégories des désirs évoqués	Thèmes des désirs évoqués
DÉSIRS ORIENTÉS VERS LES HABILETÉS TECHNIQUES DE SKI (n = 10) « Cette catégorie correspond aux désirs liés aux habiletés en ski »	Vouloir améliorer son style de skieur ; Vouloir skier vite ; Vouloir essayer par lui-même de développer ses habiletés en ski ; Vouloir imiter son modèle de technique de ski ; Vouloir conduire des exercices de base pour sa réhabilitation ; Vouloir skier pour skier ; Vouloir skier ; Vouloir skier les bosses ; Vouloir relever un défi technique en ski ; Vouloir lire un livre sur la technique de base en ski de bosses pour construire les activités privées de conditionnement physique ; Vouloir visualiser des habiletés de ski qu'il ne maîtrise pas encore ; Vouloir visualiser la technique de ski ; Vouloir respecter la règle de pôler dans le dos de la bosse ; Vouloir observer des vidéos pour comprendre la technique de base en ski d de bosses.
DÉSIRS ORIENTÉS VERS LES HABILETÉS TECHNIQUES DE SAUTS (n = 17) « Cette catégorie correspond aux désirs liés aux habiletés en saut »	Vouloir perfectionner/améliorer ses sauts ; Vouloir pratiquer un backflip ; Vouloir apprendre de nouveaux sauts (ex. backflip, 360°) ; Vouloir essayer un nouveau saut ; Vouloir essayer n'importe quoi ; Vouloir maîtriser les bases en saut ; Vouloir réaliser des sauts avec des coefficients de difficulté plus élevés ; Vouloir sauter haut ; Vouloir faire le plus de sauts possibles ; Vouloir imiter un modèle de sauteur ; Vouloir réussir un défi en sauts ; Vouloir faire des pirouettes ; Vouloir exécuter un cork 1080° ; Vouloir reproduire des sauts avec des objets ; Vouloir faire ses premiers backflips.
DÉSIRS ORIENTÉS VERS DES ENJEUX SOCIAUX (n = 13) « Cette catégorie correspond aux désirs liés à la présence de l'entourage social »	Vouloir skier avec son/ses ami/amis ; Vouloir suivre les plus vieux ; Vouloir se faire coacher par son coéquipier ; Vouloir skier avec son frère pour dépasser ses limites ; Vouloir impressionner son ami ; Vouloir obtenir l'appréciation d'autrui ; Vouloir exécuter les mêmes sauts que ses coéquipiers ; Vouloir parler avec ses parents juges ; Vouloir parler d'une vidéo avec son frère ; Vouloir obéir aux demandes des autres skieurs ; Vouloir parler avec son père de son approche à la compétition ; Vouloir aider sa sœur dans sa technique de ski ; Vouloir encourager son frère sur la rampe d'eau ; Vouloir coacher des jeunes skieurs ; Vouloir écouter des coachs plus expérimentés.
DÉSIRS ORIENTÉS VERS LA PERFORMANCE GLOBALE (n = 11) « Cette catégorie englobe tous les désirs liés à la performance complète	Vouloir dépasser son niveau de performance actuel ; Vouloir être parmi les meilleurs ; Vouloir gagner des compétitions ; Vouloir atteindre l'ÉQ ou l'ÉN ; Vouloir tout faire pour réussir ; Vouloir en faire plus ; Vouloir simuler une descente de compétition ; Vouloir vaincre ses faiblesses ; Vouloir perfectionner ses sauts ; Vouloir se

en ski de bosses, c'est-à-dire les résultats, les équipes, les habiletés touchant aux sauts, au ski, à la vitesse, à la technique et à la condition physique »	visualiser skier le parcours de compétition ; Vouloir visualiser sa meilleure descente ; Vouloir reproduire des compétitions ; Vouloir accumuler des kms de ski.
DÉSIRS ORIENTÉS VERS L'EXPÉRIENCE AFFECTIVE (n = 11) « Cette catégorie correspond aux désirs liés aux affects et ressentis »	Vouloir s'amuser et/ou avoir du plaisir ; Vouloir faire du sport pour la passion que cela procure ; Vouloir adopter une approche sérieuse dans l'entraînement ; Vouloir aller skier bientôt (hâte) ; Vouloir apprécier affectivement la reproduction du saut avec des crayons.
DÉSIRS ORIENTÉS VERS LA CONDITION PHYSIQUE (n = 8) « Cette catégorie correspond aux désirs liés aux habiletés de conditionnement physique »	Vouloir améliorer sa condition physique ; Vouloir spécialiser l'entraînement de condition physique à son sport ; Vouloir maintenir la condition physique ; Vouloir compenser sa morphologie en développant des capacités physiques particulières ; Vouloir s'entrainer lors des jours de congés ; Vouloir suivre le plan d'entraînement.
DÉSIRS ORIENTÉS VERS L'OBSERVATION D'UN MODÈLE D'EXÉCUTION MOTRICE (n = 6) « Cette catégorie correspond aux désirs liés à l'observation d'un modèle »	Vouloir observer un trampoliniste expert vriller ; Vouloir observer le meilleur skieur de la Coupe du monde ; Vouloir observer son frère parce qu'il est l'un des meilleurs ; Vouloir observer les autres pour créer son propre style ; Vouloir observer des skieurs qui maîtrisent des habiletés qu'elle souhaite acquérir ; Vouloir observer la technique de ski ; Vouloir observer son modèle ; Vouloir observer ce que l'équipe nationale fait en entraînement.
DÉSIRS ORIENTÉS VERS LA RÉSOLUTION DE PROBLÈMES (n = 6) « Cette catégorie correspond aux désirs liés à la résolution de problèmes »	Vouloir résoudre une difficulté dans un saut ; Vouloir corriger une mauvaise sensation par la visualisation ; Vouloir résoudre une difficulté en parlant à un coéquipier ou à la fratrie.
DÉSIRS ORIENTÉS VERS L'INSTITUTION (n = 5) « Cette catégorie correspond aux désirs liés à l'adhérence aux prescriptions institutionnelles et à la réception de services de l'institution »	Vouloir respecter les prescriptions de l'équipe ; Vouloir obtenir les services pour lesquels il a payé.
DÉSIRS ORIENTÉS VERS LA PRÉPARATION MENTALE (n = 4) « Cette catégorie correspond aux désirs liés à la préparation mentale »	Vouloir faire des exercices de visualisation et de relaxation ; Vouloir gérer les symptômes de stress ; Vouloir visionner des vidéos de soi pour voir les bonnes performances ; Vouloir faire de la préparation mentale par croyance.
DÉSIRS ORIENTÉS VERS LA PRÉPARATION À LA PERFORMANCE (n = 2)	Vouloir visionner une vidéo de l'endroit où le skieur ira skier ; Vouloir visualiser ce qu'elle veut exécuter une fois en ski ; Vouloir visualiser ses sauts pour le lendemain ou le jour même.

« Cette catégorie correspond aux désirs liés à l'identification des éléments à considérer par le skieur lorsqu'il chaussera les skis »	
DÉSIRS ORIENTÉS VERS LE DÉPASSEMENT DU NIVEAU DE PERFORMANCE D'UN SKIEUR (n = 2) « Cette catégorie correspond aux désirs liés au dépassement du niveau de compétence d'un autre skieur »	Vouloir dépasser le niveau de compétence de l'autre ; Vouloir dépasser le niveau de compétence de la fratrie.
DÉSIRS ORIENTÉS VERS LA CONSTRUCTION DE SAUTS ENNEIGÉS (n = 1) « Cette catégorie correspond aux désirs liés à la construction de saut enneigés »	Vouloir essayer de construire des sauts enneigés.
DÉSIRS NON IDENTIFIABLES (n = 6)[235] « Cette catégorie correspond aux désirs n'ayant pu être identifiés, mais dont les bénéfices sont identifiables »	Non identifiables.

[235] Ce n = correspond au nombre d'activité privée n'ayant pas de désirs identifiables.

ANNEXE J
PORTRAIT RÉSUMÉ D'ÉNA1H

ÉNA1H juge que pour s'orienter dans l'espace, il faut savoir corporellement comment se déroule le mouvement puisque la complexité de la figure peut faire en sorte qu'il ne peut pas s'orienter avec des repères (points) visuels. Tu dois SAVOIR et non VOIR.

Ses expériences en sauts et en trampoline l'ont amené à développer son sens aérien et son sens corporel (décodage des sensations proprioceptives).

Lors de son exécution motrice en sauts, il éprouve des sensations « corporelles » (proprioceptive) à des moments précis. Il mémorise ses sensations. Par la suite, il visionne la vidéo de sa performance qui lui permet d'associer ses sensations à l'imagine vidéo portant sur des moments précis. Puis, il compare sa performance vidéo à celle d'un sauteur plus expérimenté afin d'observer la différence de sensation sur un même moment d'exécution technique. Ce faisant, il considère que ce visionnement comparatif lui permet de développer son sens aérien.

La pratique du saut (discipline saut en ski acrobatique) lui a permis de développer la connaissance de ses sensations au moyen de la visualisation des sensations pour les incorporer dans son corps et dans sa tête.

Étant plus jeune ÉNA1H était sensibilisé à des sensations éprouvées, mais il ne savait pas comment les comprendre et les utiliser, puisqu'il était encadré par des entraîneurs « théoriques ».

Lorsqu'il a commencé à participer à des compétitions sur le circuit de la Coupe du monde, la rencontre significative d'un entraîneur lui a permis d'exploiter sa façon de travailler avec ses sensations, qui jusque-là lui était « inconsciente ». À la suite de cette rencontre, il comprend que des instructions trop « théoriques » ne l'aident pas adéquatement. Selon lui, les focalisations sur des parties du corps ou sur les positionnements et les enchaînements biomécaniques requièrent trop d'éléments à mémoriser. A contrario, la mémorisation d'une sensation permet d'englober tous ces éléments.

Sa façon de travailler avec les sensations fonctionne selon deux formules :

1) Avec les indications de l'entraîneur : ÉNA1H réalise une exécution motrice, par exemple un backflip. Lors de l'exécution d'un saut, il ressent, disons un mouvement rapide vers le haut. À la suite à l'exécution motrice, son entraîneur lui donne une indication, par exemple, « tu as poussé tes hanches trop rapidement ». ÉNA1H associe sa sensation à la rétroaction de l'entraîneur (association qu'il a probablement faite plus régulièrement étant plus jeune).

2) Avec le visionnement d'une vidéo de sa descente : juste après la réalisation d'une descente, le visionnement de sa performance lui permet de dégager ses sensations éprouvées lors d'un moment X.

Lorsqu'il apprend une nouvelle habileté ou un nouveau saut, il apprend d'abord la technique de base, qui décortique en différents moments l'exécution technique (donc « théorique » et biomécanique). Puis, lors de l'exécution, il ressent des sensations sur lesquelles il travaillera sans les décortiquer à l'avenir.

Dans ses différentes "Pratiques délibérées" (trampoline et rampe d'eau), il va développer des sensations en sauts qui vont être transposables sur la neige.

Il vit ses difficultés soit de façon interne (sensations illisibles parce que le corps est fatigué) ou externe (parce que l'environnement extérieur, ex. la qualité de la neige, ne lui permet pas de ressentir adéquatement ses sensations).

- **INTERNE** : ÉNA1H comprend qu'il est fatigué et qu'il a besoin d'une journée de repos : a) lorsqu'il identifie incorrectement ses sensations en cours d'exécution motrice ; b) lorsqu'il ressent des sensations inhabituelles, indicatrices d'une mauvaise performance qui est confirmée lors du visionnement de vidéo.

- **EXTERNE** : Certaines pistes, telles des pistes glacées, lui donne plus de difficulté à ressentir ses sensations, qui lui procure une rétroaction sur la qualité de sa performance. Dans ces moments, il sollicite l'appréciation technique et sensitive de son entraîneur.

Afin de s'améliorer comme skieur, il modifie ou adapte une partie de sa sensation, jusqu'à ce qu'il voit sur la vidéo le satisfasse. Selon son observation, ÉNA1H modifiera, adaptera ou changera son mot-clé.

Lorsqu'il observe, il ne fait pas une hypothèse intellectuelle, mais sensitive/corporelle.

Les sensations physiques permettent de dégager une bonne forme corporelle.

ANNEXE K
LES MOTS-CLÉS D'ÉNA1H COMME EXPRESSION DE SA *SENSIBILITÉ À L'AVÈNEMENT DE SIGNAUX PROPRIOCEPTIFS INDICATEUR DE RÉUSSITE*

ÉNA1H présente une *sensibilité à l'avènement de signaux proprioceptifs indicateur de réussite* qui sont spécifiques aux habiletés en ski ou en sauts, selon les endroits sur la piste. Cette sensibilité à est reconnaissable par les mots-clés qu'il associe à ses sensations.

Lors de l'exécution motrice, ÉNA1H ressent une certaine sensation de réussite. Lorsqu'il réussit à reproduire cette sensation deux, trois fois, il la mémorise en y associant un mot-clé qui lui est qualitativement relié. De cette façon, il pourra exécuter le bon mouvement et pourra le reproduire. Le couplage d'un mot-clé à une sensation lui permet de la mémoriser, la classer et l'appliquer. Pour que les mots-clés soient effectifs, ils doivent lui être significatifs, lui parler, englober la théorie et la biomécanique, lui faire SENS et être simples. Ainsi, il a conscience d'une complexité sous une appellation simple.

Son psychologue et son entraîneur participent à la construction de ses mots-clés et les emploient lors de leurs échanges. Présentement, il travaille avec quatre mots-clés regroupant un couplage sensations - mots-clés : *Tall*, *Soft*, *Keep it* et *Calm*. Ces mots-clés représentent différentes phases d'un virage de ski et de différentes situations évolutives en action. Il a également un autre couplage sensations - mot-clé : *Forward*. Celui-ci est lié à l'exécution de son back double full. Il considère ses mots-clés comme des artefacts aussi importants que ses skis (qui sont l'objet vital de sa pratique).

Tableau 5.3. Description des mots-clés d'ÉNA1H

Mots-clés	Verbatim de l'évocation de la sensation
Tall	*Sentir mes hanches au dessus d'mes orteils, vraiment accotés dans ma botte, pis vraiment pas laisser tomber mes fesses (...) Sortir les hanches, pis ça en même temps ça relève mon chest*
Soft	*Contrôler la piste (...) C'est moi qui tire mes pieds, c'est moi qui contrôle le terrain. (...) C'est moi qui faut qui travaille mes pieds, c'est moi qui faut qui fasse monter mes jambes. Puis aucune résistance, souvent quand j'vais comme trop résister pis j'vais trop vouloir être agressif sur les bosses, y'a d'autres choses qui vont sortir, mes hanches vont sortir, y'a d'autres choses qui vont sortir de là (...) Quand j'suis soft j'vais sentir que, tsé c'est vraiment j'vais tirer les genoux, j'vais contrôler le terrain, j'vais avoir aucune résistance contre la bosse (...) Si j'suis à une vitesse assez élevée comme je skie d'habitue, 80% et plus de ma vitesse, ben là c'est difficile de rattraper. Dès que les pieds passent en avant, c'est difficile de rattraper ça. Dès que la piste est un p'tit peu technique faque. Faut vraiment que j'pense à gobber, mais garder les pieds en dessous, pis c'est ça c'est vraiment contrôler mon terrain, c'est moi qui contrôle le terrain (...) C'est vraiment j'anticipe la bosse tranquillement, puis j'essaie d'enlever la pression, quand le ski arrive, y'a une pression qui se crée dans le devant de la bosse, pis j'essaie de l'enlever ou de la contrôler cette pression là. (...) Faque c'est vraiment, pour moi c'est tout un feeling de contrôle, de gager mon ski avec la bosse*
Keep it	*Garder mes pieds en dessous de moi quand j'me dirige vers la bosse puis vraiment pas pousser les pieds (...) Souvent là un des gros défauts c'est le... entre les deux on est impatient faque on laisse glisser les pieds en avant vers la bosse au lieu de juste les garder. La bosse a vas venir à nous*
Calm	*C'est relax là tsé, quand j'suis conscient que, quand j'essaie trop, mes épaules remontent. (...) Laisser les choses, laisser les choses aller*
Forward	*Pour moi, forward j'le link à mon take off de double full parce que c'est comme, un feeling de up vers le haut (...) Parce que ben souvent, on dit que, t'as le saut ici (illustration avec les mains), pis quand tu sors, quand t'es ici pour t'en aller en flip, dans l'fond forward c'est pu là pour toi, c'est rendu vers le haut. Faque c'est un peu d'même que moi j'le vois. Mon feeling c'est que j'm'en vais vers l'avant, mais en réalité j'pousse vers le haut. Parce que le saut est déjà rendu à un certain angle. (...) Je sais que tout mon corps travaille là, pour débuter la vrille c'est forward. En étant forward ça me fait être patient. J'suis conscient que ça me fait être patient aussi dans mon take off, ça me fait être plus square comme on appelle. (...) Ça m'empêche de coucher mon, de coucher mon épaule en saut pis de, d'aller chercher de l'angle comme ça comme on ne peut pas, vraiment avoir un beau double full vraiment droit, c'est vraiment vers l'avant pis après ça j'démarre la vrille*

La sollicitation de ses couplages sensations-mot-clé suit un enchaînement particulier lors de son virage de ski sur une bosse :

> C'est vraiment tall, pis j'me dirige vers la bosse, soft, j'le contrôle, pis après ça c'est calm, c'est j'garde mes pieds à sortie d'la bosse pour pas

> les repousser vers l'autre bosse. Keep it pis après ça tall, soft, keep it à la sortie d'la bosse ».

Enfin, ses couplages sensations - mot-clé se déroulent également à des moments précis dans sa descente :

> Quand j'pars en haut, ça va être tall, soft and calm ou tall, soft and keep it jusqu'au premier saut, après ça c'est tel mot-clé pour le saut, après ça j'atterris. (...) Faque c'est tall, soft and keep it jusqu'au saut, pis après ça une p'tit affaire à gauche, faque j'vais faire gauche en avant. Pis après ça j'atterrie, j'reviens à mes mots-clés, tall, soft and keep it jusqu'au deuxième saut après ça un autre p'tit mot-clé...faque j'y vais comme par étape, mais par mot-clé.

Pour identifier ses sensations, il préconise un délai court entre sa performance et le visionnement de celle-ci sur vidéo. Il justifie cette constatation par le fait qu'à chaque descente ses habiletés évoluent. Lors du visionnement sur vidéo de sa descente, il identifie à quels moments il ressent ses cinq couplages sensations-mot-clé. Il les identifie soit par la remémoration du *timing* de son ressenti avec sa position dans la piste, soit par l'analyse de la forme de son corps à différentes moments dans la piste.

ANNEXE L
EXTRAITS DE VERBATIM ILLUSTRANT LA CONSTRUCTION DU MODÈLE DE PERFORMANCE IDÉALE (ÉNC7H) – LA TECHNIQUE DE SKI DE BOSSES

L'image qu'il a dans sa tête pour la technique de ski :

> Ce que je vois dans ma tête vraiment c'est plus l'image mettons d'une personne tsé comme, genre tu prends un vidéo tu pèses sur pause. C'est cette image-là que je vois. Je vois pas la descente en tant que telle. Qui continue qui descend. Je vois une image d'une pause. Comme ça. Pis c'est cette image-là que je peux analyser de comment est-ce qu'il… (71). une image qui est soit l'absorption en tant que telle parce que dans les bosses, il y a plusieurs séquences. Pas séquences, mais. Tu as une bosse comme ça, qui est ici. Tu as l'amorce du virage. Tu as comme la finition de l'autre virage. Tu as l'amorce. Tu as le commencement. L'absorption. Pis ici tu as une position qui est en absorption complète, mais qui est en même temps comme une fin de virage. Ensuite, tu as comme le transfert de poids pour après ça aller vers la finition de virage pour aller vers l'autre virage. Pis recommencer comme ça. Moi c'est souvent les images sont ici, sur la bosse que j'ai dans ma tête et que je m'imagine. Ces images-là. Ouais, c'est cette partie là de ski que je trouve qui est vraiment importante dans le ski. Qui est la ligne de ski, mais avec l'absorption. Justement, c'est dans ça que je suis fort, c'est dans ça que je suis le meilleur, c'est dans la ligne de ski. Pis ça, en tout cas. Pour moi, je trouve que c'est vraiment ça qui est important. Pis qui permet d'atteindre un haut niveau. Pis en gros, c'est cette image-là tout le temps que j'ai dans ma tête, cette partie-là. C'est jamais… ouais.. C'est rarement la partie mettons que qui va être en amorce de virage. C'est plus dans la bosse en tant que telle puis au top. Faque c'est dans le fond, je dirais que c'est tout le temps ces images-là que j'ai (73) ».

Il s'est construit un modèle de comment il veut skier dans les bosses :

> J'avais vraiment une idée de comment il faut skier (...) j'avais déjà comme compris la technique que je recherchais dans le ski, comment il fallait skier. (...) moi, j'avais vraiment analysé pis j'avais compris qu'est-ce qui faut que je fasse pis je réussissais à le faire (...) techniquement, je réussissais à faire ce que les gars maintenant font, dans le sens que j'étais vraiment rapide dans ce temps-là. (...) J'étais déjà rapide dans ce temps-là. J'avais déjà compris comment faire dans ce temps-là (39).

Il s'est créé une image 3D statique autour de laquelle sa vue tourne afin de comprendre la technique de ski qu'il veut atteindre :

> J'ai comme une image 3D dans ma tête de comment on est sensé skier. Les chemins qu'on est sensé suivre dans les bosses. De comment est-ce que le mouvement est sensé se faire. Pis ils sont comme... Je n'ai pas fait de la physique, genre comme comment les forces vont agir entre eux. Je ne sais pas si vous comprenez ? J'ai comme vraiment, j'ai plus fait ça dans ma tête (41).

Ce qu'il voit dans son image 3D :

> Je dirais une image à l'extérieur de mon corps. Comme un angle de caméra qui serait sur pause, mais qui tourne autour de la personne. C'est vraiment ça (43). Si moi je vous vois présentement, et que vous êtes comme en pause en train de faire le mouvement et que je serais capable de pouvoir tourner autour de vous, pour pouvoir tous les angles (45).

Cette image 3D est beaucoup plus fine et claire depuis 2 ans :

> Je ne l'ai pas toujours fait. En fait ça doit faire peut-être 4 ans que je commence vraiment à le faire, le faire pour de vrai. Ben, plutôt capable de le faire. Quand j'étais petit à vrai dire je n'ai pas vraiment de mémoire de moi qui faisais ça, tant que ça, quand j'étais petit. Je sais par exemple, depuis au moins 2-3 ans ou 3-4 ans dans le fond. Et puis, depuis ce temps-là peu près. Je suis capable de le faire. Mais beaucoup depuis mettons 2 ans (51).

Pour lui la seule partie valable à regarder du ski, c'est le milieu :

> Je vois le milieu dans le fond, parce que c'est la seule. La seule partie valable, dans le sens que c'est la partie où est-ce que je, la personne prend sa vitesse, ensuite, de pouvoir conserver sa vitesse pour ensuite ralentir. Faque c'est la partie la plus importante, la partie où est-ce qu'on voit vraiment la technique dans le fond. C'est cette partie-là tout le temps. Je dirais même souvent, le milieu du milieu. Dans le sens, dans le moment où tu conserves ta vitesse. (115).

ANNEXE M
EXTRAITS DE VERBATIM ILLUSTRANT LA CONSTRUCTION DU MODÈLE DE PERFORMANCE IDÉALE (ÉNC7H) - LA TECHNIQUE DE SAUTS

Il possède également une image 3D pour les sauts, mais il la mobilise différemment de celle pour la technique de ski de bosses :

> Les sauts… non. Ben c'est en pause, mais pas exactement en pause. C'est en pause (…) maintenant je le fais pis maintenant c'est aussi comme ça, l'image arrêtée de. Tout le temps les départs, dans le fond. C'est tout le temps sur le saut. Parce que c'est ça qui est important comme, pis tous les coachs vont vous le dire. C'est que, comment est-ce que tu commences le saut c'est comment tu vas finir, dans le sens que, si mettons tu es. Mettons que tu as le saut, le but c'est d'être comme ça à peu près. Avoir une extension au bout. Mais si mettons tu es comme ça sur le saut, ben quand tu vas atterrir tu vas être comme ça dans la piste. C'est toujours comme ça… c'est tout le temps le départ que je me concentre. Pis euh. C'est vraiment ça dans le fond. C'est les images de départ. Je dirais que c'est vraiment les images de vidéo qu'on a vues qui me reviennent en tête, parce que c'est tout le temps le côté. La vidéo dans le fond qu'on a vue. Parce que, ouais c'est ça dans le fond (75).

Son image pour le saut touche vraiment juste au départ et le 2 pieds :

> Je n'ai pas d'autres images, une image de moi dans les airs ou… non je n'ai pas d'images autres. L'atterrissage, pas vraiment non plus. Non. Vraiment juste sur le saut. Pis le départ, comme les 2 pieds après le saut. Quand tu quittes le saut, c'est souvent là aussi que c'est important dans le fond. C'est le moment où est ce qu'il y a les gestes techniques. Je dirais (119). C'est le moment où est-ce que genre, pas que t'aurais le contrôle on peut dire, mais le moment où est-ce que il faut que tu fasses des changements pour que le reste marche. Mettons dans le saut là (121). C'est lui qui correspond à genre la. Mettons si tu fais ça comme il faut, ton saut va être beau, ton landing va être beau. Faque c'est juste, c'est ça dans le fond, la pièce maîtresse. Faque c'est juste sur ça que je me concentre (123). Deux pieds, mettons deux pieds. À vrai dire je ne sais

> même pas c'est quoi « deux pieds » dans la vraie vie… C'est ça à peu près ça mettons, à peu près ça après le saut. Dans les airs, pis le commencement du saut, ça veut dire, devant le plat, devant le saut. À partir de là mettons. Tu as le saut comme ça. Deux pieds. Cette partie-là. Okay. Toute cette partie-là que je peux m'imaginer, mais j'ai aucune autre image pour le reste (125).

Plus précisément, le départ et les deux pieds est en image fixe puis le reste est en sensation comme une boule dans le ventre qui est contente ou pas :

> Ça m'a fait penser à ça tantôt. Tsé pour mon image fixe c'est ce que je trouve plus utile, mais tsé pour les sauts, j'ai une image fixe de tout le début, mais après ça pour dans les airs, j'ai la sensation. J'ai pas d'image, je ne suis pas capable de créer une image, mais j'ai la sensation de comment il faut que ça soit. De… c'est dur à expliquer la sensation (201). La seule image que j'ai, c'est comme si j'avais une boule dans mon ventre, si tu le fais comme il faut tu as une boule dans ton ventre pis tu sens que ça marche, tu sens qu'elle est contente. C'est vraiment bizarre, mais c'est ça. Tu pars pis tes dans les airs pis si ça marche bien, tout tourne, il y a pas de stress, ça va super bien. Mais si tu es pas parfait, ben souvent il y a des moments où il faut que tu réagisses pour faire que ça aille mieux, c'est des moments qui sont quand même stressant parce que tu es dans les airs et que tu peux tomber. C'est peut-être ça la boule dont je parle. Je ne sais pas comment l'expliquer (203). Pour moi ce n'est pas le tronc, c'est la totalité (209). (La boule) il est associé aux types de sensations. La sensation aérospatiale. C'est vraiment ça. La sensation d'être en contrôle, de boom, ça été fait. Si tu as été en contrôle tu sais que c'est réussi, tu n'as pas à stresser, tu n'as pas à stretcher, tu n'as pas à tocké, à rien faire. Cette sensation-là dans le fond (211). Moi je le sens dans mon ventre (213). La sensation dans les airs, tu le sais. Ben en fait tu le sais en partant. Une fois que tu as quitté le saut, comme je dis dans les 2 pieds après le saut, tu le sais tout de suite, tu sais dans quelle position et qu'est-ce qu'il faut que tu fasses (220). C'est juste des sensations, c'est vraiment l'aérospatial c'est dur à expliquer parce que c'est des sensations (222) ».

Comment son modèle a pu l'aider à résoudre une difficulté pour un saut :

Si on prend exemple, le saut qui est un backfull. Dans le fond, j'ai aussi une explication à ça. J'essaie de faire un saut qui s'appelle le backfull. Faque le backfull c'est… je ne vais pas prendre celui-là (rire). Le backfull c'est un saut arrière avec une vrille comme ça. Sauf que j'avais beaucoup de difficulté à comme à créer cette image-là dans ma tête du départ de ici, parce que je n'avais pas comme… je ne sais pas comment l'expliquer. La la la sensation que je cherchais. Là là le feeling, même à ça si je l'avais déjà fait en rampe d'eau, je n'étais pas capable de le visualiser pis de le créer dans ma tête parce que je l'avais jamais senti exactement comme ça devait se faire. Alors que c'est depuis 2 ans que je l'ai senti et il y a beaucoup de choses que j'ai senti depuis deux ans à peu près. Comment ça devait se faire, faque j'ai été comme capable de l'imaginer vu que je l'avais déjà senti (51).

ANNEXE N
MODÈLE DE PERFORMANCE IDÉALE (ÉNA2H)

ÉNA2H s'est créé un modèle (style) de skieur auquel il veut correspondre :

> Moi j'avais une image de tout ce que je voulais faire, de tout ce que je voulais ressembler dans ma tête (76). Je ne dirais pas que c'est fixe vu que notre sport n'est pas un sport tellement fixe. Non, c'était toujours des images en mouvement (78). Tout a fait comme une vidéo (80).

Comment il s'est construit cet idéal :

> Même si des fois je ne le voyais pas bien dans ma tête, ben la c'est sûr que des fois je pouvais avoir recours aux vidéos. Peut-être pas nécessairement de moi, mais aussi de d'autres skieurs pour essayer d'analyser eux autres comme ils le faisaient pour ensuite moi essayer de faire pareil (76). Ça m'est arrivé de visionner des vidéos d'autres coureurs qui avaient un meilleur mouvement que moi pour essayer de les copier un peu (80).

> C'est l'ensemble général de, mettons de, 2-3 virages que tu vois vraiment le style du skieur, puis euh, c'est vraiment le général que je regarde (162).

Il sait quoi regarder en fonction du look qu'il recherche :

> Moi j'ai toujours été quand même beaucoup au look, au regard, moi je voyais quelque chose que j'aimais, puis, tsé j'ai toujours eu une image de comment je voulais skier ou qqchose que je voulais, je voulais ressembler à ça. Puis quand je voyais qqchose que j'aimais ben là j'essayais vraiment là de faire la même chose pour tsé pour plaire à moi-même tsé. Pour, même en ski de bosses, tsé, c'est, il y a beaucoup de beaucoup de façon de skier la bosse, il y a beaucoup de styles différents, puis même toi je suis sûr tsé on les aime pas tous les styles. Mais il y a un style que moi j'ai trouvé que j'ai « dit moi je veux skier comme ça, c'est comme ça que je veux, je veux lui ressembler » tu pars là-dessus puis, ensuite tu essaies de le skier comme l'image que tu as en tête (152). Le style est vraiment difficile à copier aussi là faque tu prends ce que toi tu es capable de faire.

> Pis tu vas pte aller jumeler ça avec une image que tu aimes d'un skieur pte que tu aimes. Ben là ça va faire quelque chose de différent (154).

De qui il s'est inspiré pour créer son idéal des dernières années:

> Les dernières années c'est sûr que Dale est un très bon skieur, c'était quand même une référence (156). Ça m'est arrivé de regarder des skieurs, comme Dale, des trucs comme ça. Mais, je n'avais pas nécessairement de modèle comme, tsé, je veux skier comme lui. Non. J'avais une image de moi comment je voulais skier. Je m'en tenais à ça (428).

Quand il était jeune :

> Quand j'étais jeune. Pas de, pas d'image en tête. Mais il y en avait sûrement (158). C'est dur à dire dans ce temps là parce que, tu essayais de faire de ton mieux nécessairement, mais je ne sais pas si j'avais vraiment de modèle de comment je voulais skier à cet âge là (160).

Comment il détermine ce qu'il aime chez un skieur :

> C'était toute, toute au look, toute le style là. Tsé si, si j'aimais la position que je voyais que je faisais dans les airs, ben, j'essayais de la changer pour eux, tsé j'avais quand même toujours une image de qu'est-ce que je voulais ressembler pis euh, je regardais ça pis j'essayais de le changer pour le mieux (204).

Combinaison sensation et image de l'idéal :

> C'est beaucoup au feeling aussi, pis c'est beaucoup, moi j'ai toujours été quelqu'un qui voulait regarder vraiment tsé le look, le style, comment ça avait l'air pis ben, dès que je vois quelque chose que j'aime ben j'essaie de me rappeler comment je me sentais à ce moment là. Souvent c'est difficile parce que ça passe très très vite, mais j'essaie de me rappeler comment je me sentais dans ce moment-là, j'essaie vraiment de tout reproduire ce virage là à répétition (402).

ANNEXE O
ANALYSE THÉMATIQUE DES BÉNÉFICES RETIRÉS DE LA CONDUITE DES ACTIVITÉS PRIVÉES

Tableau 5.4. Rubriques, catégories et thèmes des bénéfices découlant des activités privées menées

Rubriques des bénéfices évoqués	Catégories thématiques des bénéfices évoqués	Thèmes des bénéfices évoqués
Modification des habiletés en sauts (n = 15)[236]	Apprentissage de nouvelles habiletés en sauts	Réalisation de nouveaux mouvements ; Apprentissage de la mécanique du saut ; Apprentissage de l'exécution d'une vrille ; Exécution d'un backflip ; Faire de nouveaux sauts ; Réalisation d'un backflip pour la première fois ; Réalisation d'un 360° ; Réalisation de double back, triple back ; Réussir un 360° ; Gagner de la révolution dans la vrille ; Vriller plus rapidement ; Essayer un 360° ; Exécution de sauts plus complexes que ceux qu'il fait sur la neige
	Maîtrise de l'exécution du saut	Maîtrise l'exécution du saut ; Réussir un cork 1000° ; Imagination des étapes qu'elle doit réaliser pour faire un bon back ; T'aide à penser comment toi tu dois le faire ; Faire un backflip ; Reproduire les sauts selon les instructions de l'entraîneur ; Reproduction de l'exécution enseignée par les entraîneurs
	Développement d'un sens aérien	Développement d'un sens aérien ; Être à l'aise dans les airs
	Maîtrise des éléments de base	Acquisition d'une « bonne » base technique
	Amélioration de ses sauts	Perfectionner ses backflips, ses D-spins et cork ; Améliorer ses sauts ; Améliorer ton 360° ; Améliorer ton backflip ; Améliorer les sauts déjà acquis
	Apprentissage plus rapide	Apprentissage plus rapide de nouveaux sauts
	Développement d'habiletés non liées à la technique de sauts	Devenir plus habile

[236] Les n = correspondent au nombre de skieurs ayant évoqué des bénéfices de cette nature.

	Résolution d'un problème dans l'exécution d'un saut	Débloquer dans les airs ; Débloquer ses sauts ; Obtention de la résolution de la difficulté par un autre skieur ; Compréhension de la sensation à éprouver pour résoudre la difficulté ; Obtention de la stratégie pour bien réussir un cork ; Correction de l'erreur au moyen d'une poupée
Modification des habiletés en ski (n = 14)	Apprentissage de nouvelles habiletés en ski	Développement d'habiletés en ski de bosses
	Amélioration de la technique de ski	Amélioration de la technique de ski ; Skier plus vite ; Moins de pivot des skis ; Bien ralentir ; Maintenir les skis plus droits ; Garder les pieds en dessous ; Garder la vision haute ; Centré sur les skis et reprise de contact avec la neige ; Travailler les habiletés en ski de bosses ; Amélioration de la technique de ski : Amélioration de sa ligne de ski ; Progrès dans la technique de ski par l'imagerie mentale (parce que c'est comme skier) ; Perfectionnement de ses habiletés de ski
	Compréhension de la technique de base en ski de bosses	Compréhension du livre qui explique la position de base en ski de bosses ; Compréhension du discours et des images dans la vidéo pour constater s'il fait ça lui aussi ; Écoute du discours d'un autre entraîneur
	Automatisation du geste/apprentissage implicite	Skier sans penser ; Skier pour skier ; Travailler sans le savoir ; Skier ; Bon de skier
	Identification de la méthode de résolution de problèmes techniques en ski	Savoir comment skier la bosse après l'atterrissage ; Obtention des indications sur ce qu'il peut faire pour améliorer sa ligne de ski ; Identifier comment négocier l'atterrissage
	Construction du modèle de skieur	Construction du modèle de skieur ; Prend exemple sur son obstacle pour avoir une technique similaire
	Amélioration de la vitesse de descente	Améliorer sa vitesse ;
Modification de l'expérience affective (n = 13)	Réduction de la peur	Vaincre la peur ; Affronter la peur ; Apprivoiser la peur ; Avoir moins peur un coup sur l'eau
	Création d'un sentiment de confiance	Sentir en confiance ; Croyance qu'il peut bien performer en compétition
	Nostalgie	Remémoration de bons moments ; Rappelle de bons souvenir

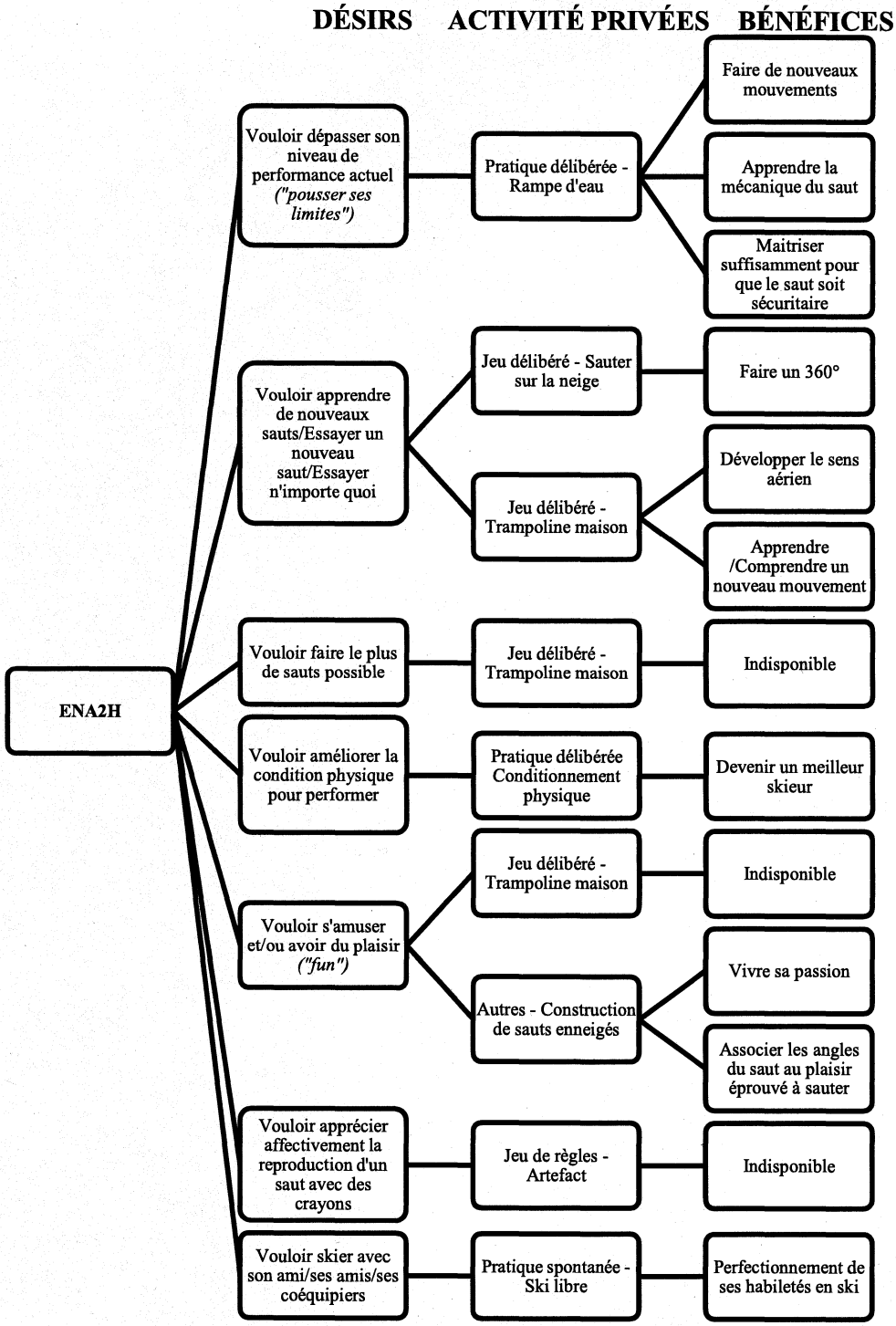
	Passion	Alimentation de la passion du ski de bosses ; Vivre sa passion
	Inspiration	Inspiration
	Amusement/plaisir	Procuration de plaisir et d'amusement ; Excité de partir en compétition
	Normalisation	Normalisation de l'expérience de faire des erreurs puisque les plus grandes skieuses peuvent éprouver des difficultés
Modification de la condition physique (n = 9)	Amélioration de la condition physique	Être plus forte ; Musculation ; Être plus lourd ; Endurance ; Rapidité ; Cardiovasculaire ; Muscles stabilisateurs
	Maintien de la condition pour éviter les blessures	Garder une forme physique
	Adaptation des activités privées de conditionnement physique	Adaptation des activités privées de conditionnement physique
Modification de la performance globale (n = 7)	Développement de la performance globale	Optimisation de mon potentiel en tant que skieur ; Devenir un meilleur skieur ; Fait la différence dans les performances ; Faire un meilleur skieur ; Dépassement de son niveau actuel de performance ;
	Exécution d'une descente de compétition parfaite	Faire une descente de compétition sans erreur
	Identification d'attitudes caractérisant de bons skieurs	Identification de l'attitude de travail de son frère
Égalisation ou dépassement de la performance d'une tierce personne (n = 5)	Amélioration de sa performance par le dépassement de la performance d'un autre	Dépasse ou égale le niveau de performance de son adversaire ; Être la plus rapide ; Avoir un meilleur backflip que son frère ; Être plus rapide que son père ; Maîtrise de sauts que ses coéquipiers font ; Dépasser son ami dans les sauts Faire aussi bien et sinon mieux que ses coéquipiers (émulation)
Acquisition d'habiletés par imitation (n = 5)	Imitation d'un autre skieur	Sentir comment ces skieurs se sentent en skiant ; Reproduction du style des skieurs de la Coupe du monde ; Reproduction d'habiletés observées chez le modèle ; Reproduction de ce qu'il a observé
Identification d'objectifs pour les prochains entraînements (n = 4)	Identification des habiletés à exécuter	Visualisation de ce qu'elle doit faire ; Visualisation des bonnes habiletés à exécuter lors du prochain entraînement ; Facilitation de l'exécution de la motion une fois sur la neige
	Identification des habiletés	Visualise ce qu'elle veut améliorer

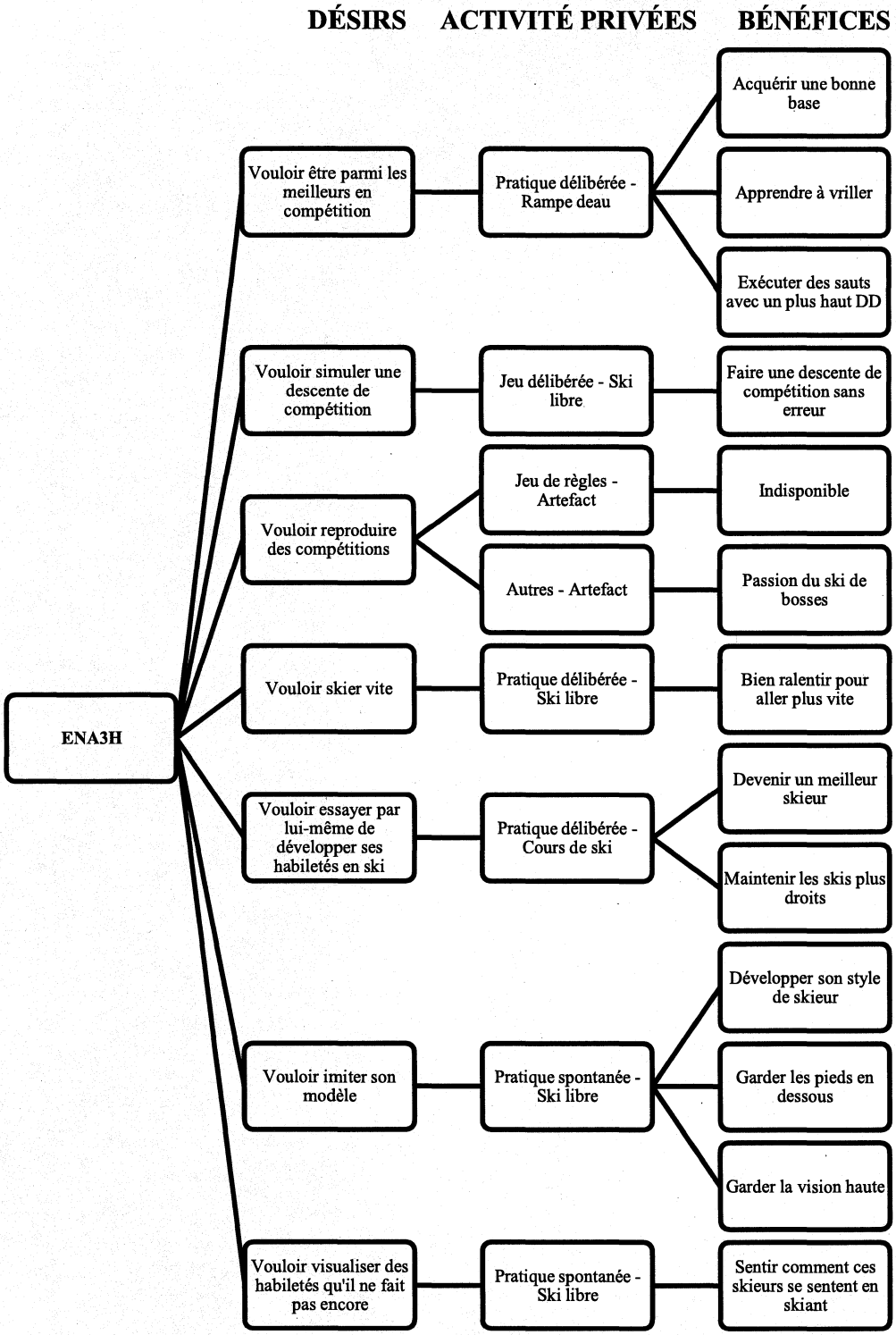
	à améliorer	
Acquisition d'habiletés en préparation mentale (n = 4)	État de relaxation	Trouver la longueur de respiration que tu veux
	Préparation pré-performance	Être prêt mentalement pour la compétition ; Travaille avec un psychologue du sport
	Contrôle de la fréquence cardiaque	Ralentissement des battements cardiaques ; Stabilisation du rythme cardiaque
Développement de l'esthétisme (n = 4)	Développement d'une posture appréciable esthétiquement	Guide la correction de la posture en ski de bosses ; Modification de la posture et du positionnement du corps
	Développement de mon style de skieur	Développement d'un style de skieur et/ou de sauteur
	Exécution parfaite d'une habileté	Bouger l'objet de manière à reproduire un saut parfaitement ; Observation et exécution d'un saut parfait au moyen d'un objet
Être étayé ou étayer l'entourage social (n = 3)	Skier avec un membre de son entourage social	Skier avec son père
	Obtenir une rétroaction sur sa performance par une tierce personne	Obtention d'une rétroaction sur la qualité de son exécution ; Obtention d'une rétroaction sur ce qu'elle peut travailler et/ou doit faire
	Amélioration de la performance du coéquipier et/ou de la fratrie	Aide sa sœur à skier plus direct dans les bosses au moyen d'un étayage prescriptif et de démonstration
Modification des sensations physiologiques et proprioceptives (n = 2)	Procuration d'adrénaline	Procuration d'adrénaline
	Acquisition des « bonnes » sensations proprioceptives	Sent ce qu'il veut sentir dans la piste ;
Maîtriser l'exécution d'un saut de manière à atterrir de façon sécuritaire (exempt de danger) (n = 2)	Maîtrise du saut pour atterrir de manière sécuritaire	Atterrir de manière sécuritaire (exempt de danger) ; Éviter les blessures
Compréhension de la relation entre les angles du saut et le plaisir éprouvé (n = 2)	Association des angles des sauts et du plaisir ressenti	Association des angles du saut au plaisir éprouvé à sauter
Apprendre des sauts plus difficiles pour gagner en compétition	Exécution de sauts ayant un coefficient de difficulté plus	Exécution de sauts avec un plus haut DD (coefficient de difficulté du saut)

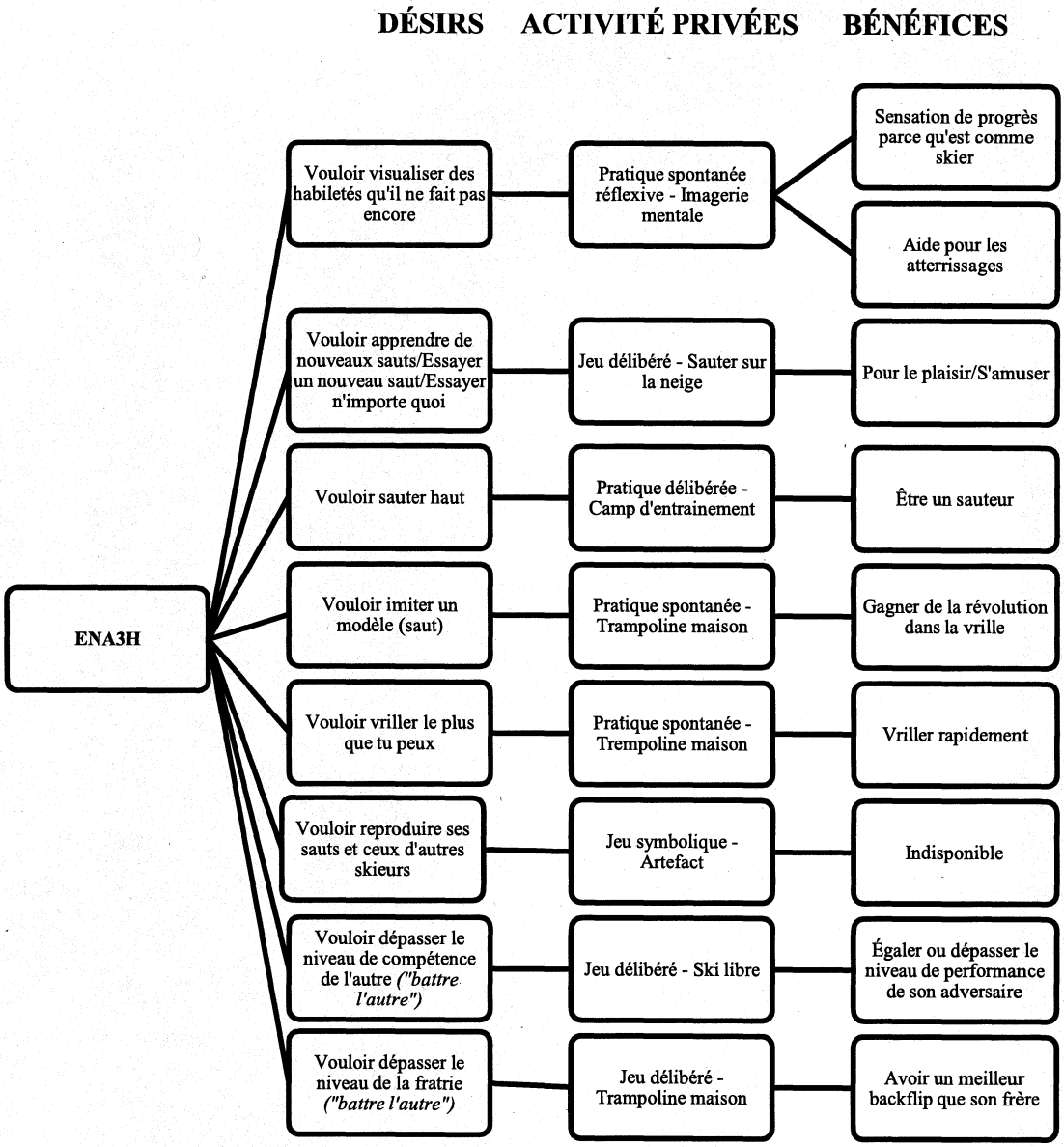
(n = 1)	élevé	
Prise d'information pour construire sa représentation mentale (n = 1)	Informations observées	Observation précise d'un détail de la performance ; Compréhension des fonctions de la routine d'entraînement de l'ÉN
Développement de l'identité de sauteur (n = 1)	Développement d'une identité de sauteur	Être un sauteur
Identification des habiletés critiques d'un modèle d'exécution motrice (n = 1)	Identification des habiletés critiques caractérisant un modèle d'exécution technique	Distinction du mouvement qui permet à un trampoliniste de vriller rapidement ; Identification des habiletés caractéristiques des meilleurs skieurs
Non identifiables (n =19)[237]	Non identifiables	Non indentifiables

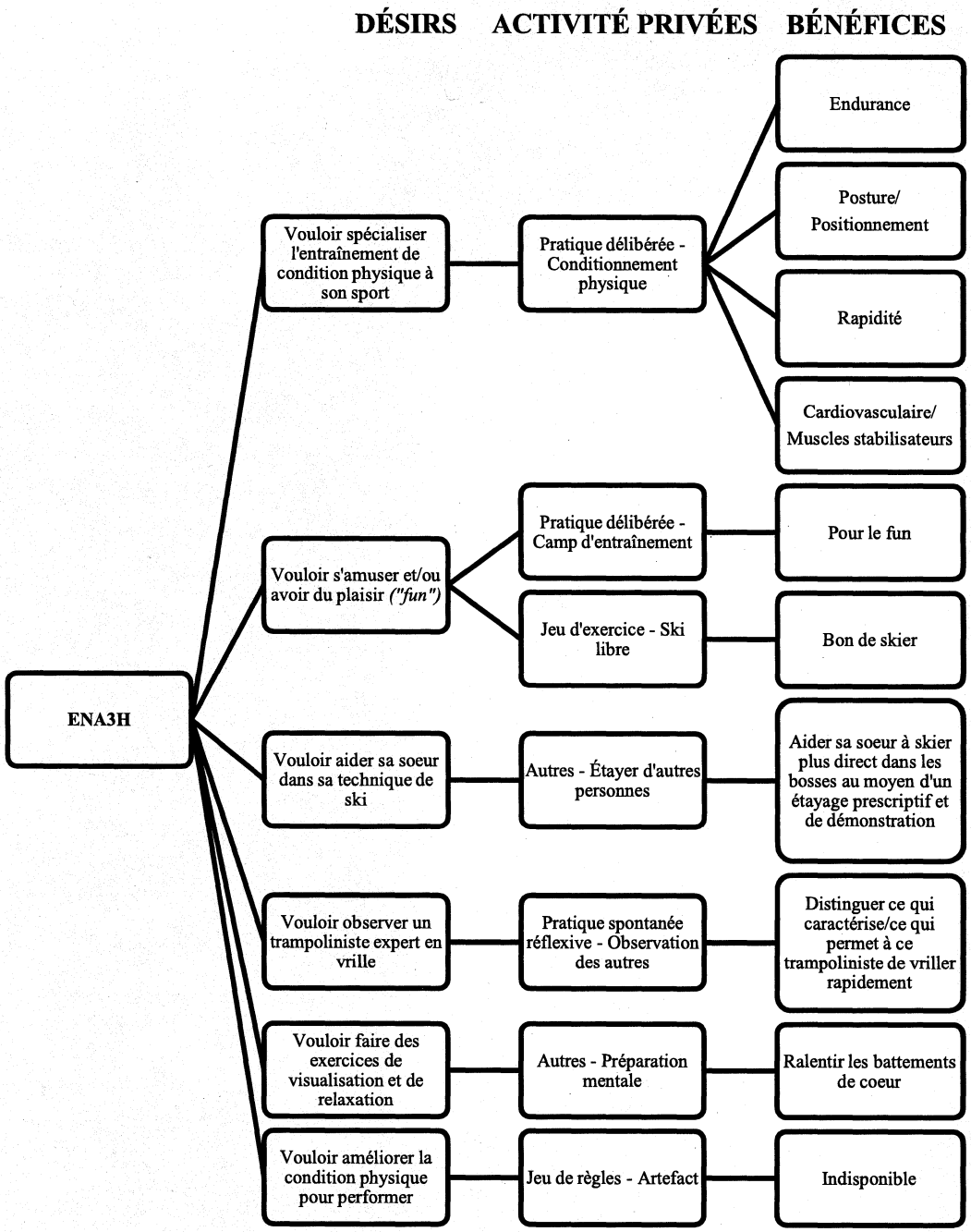
[237] Ce n = correspond au nombre d'activité privée n'ayant pas de bénéfices identifiables.

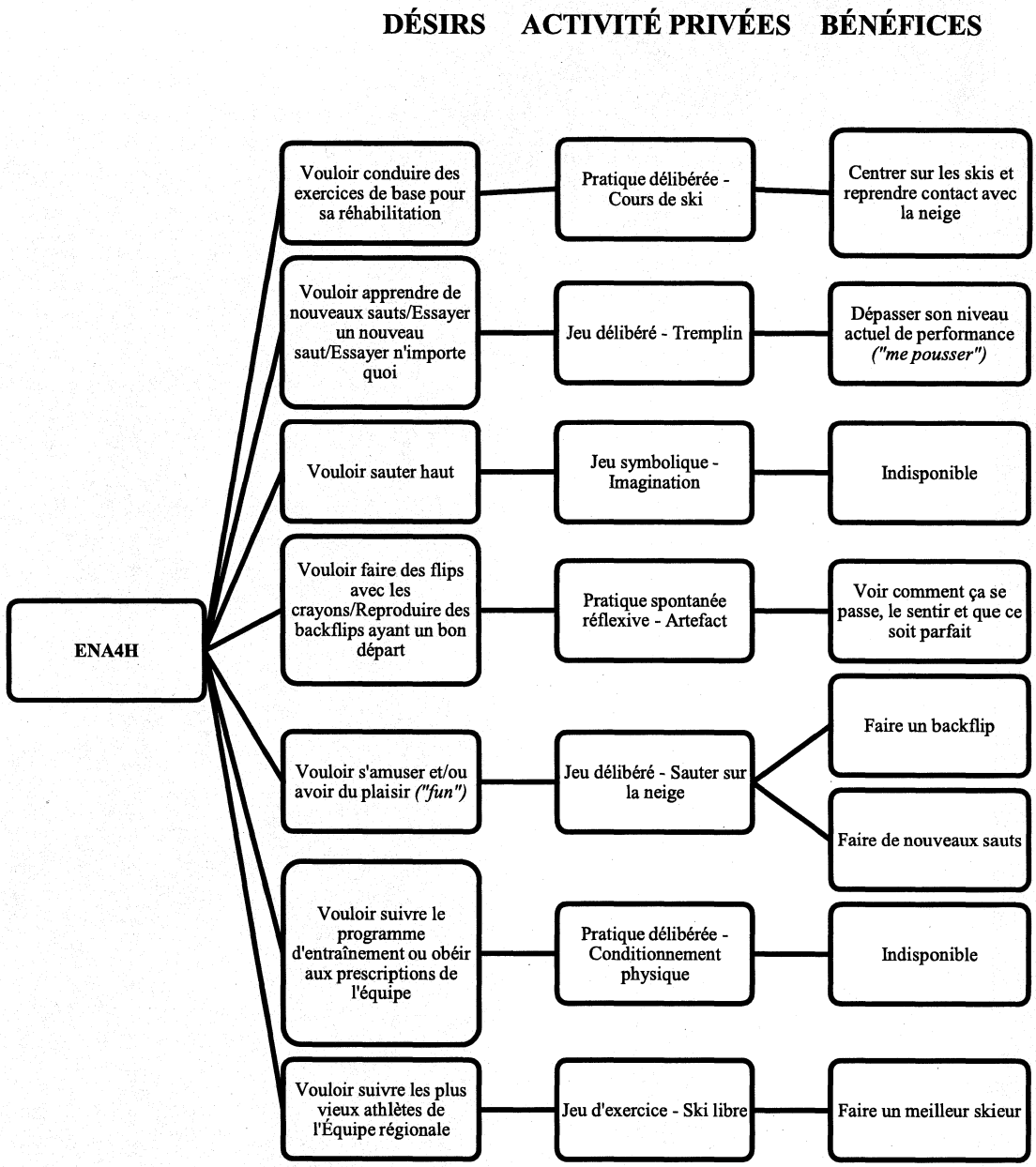
ANNEXE P
SCHÉMATISATION DE L'ARTICULATION DÉSIR – ACTIVITÉ(S) PRIVÉE(S) – BÉNÉFICE(S) DES SKIEURS DE BOSSES EXPERTS ET PROMETTEURS

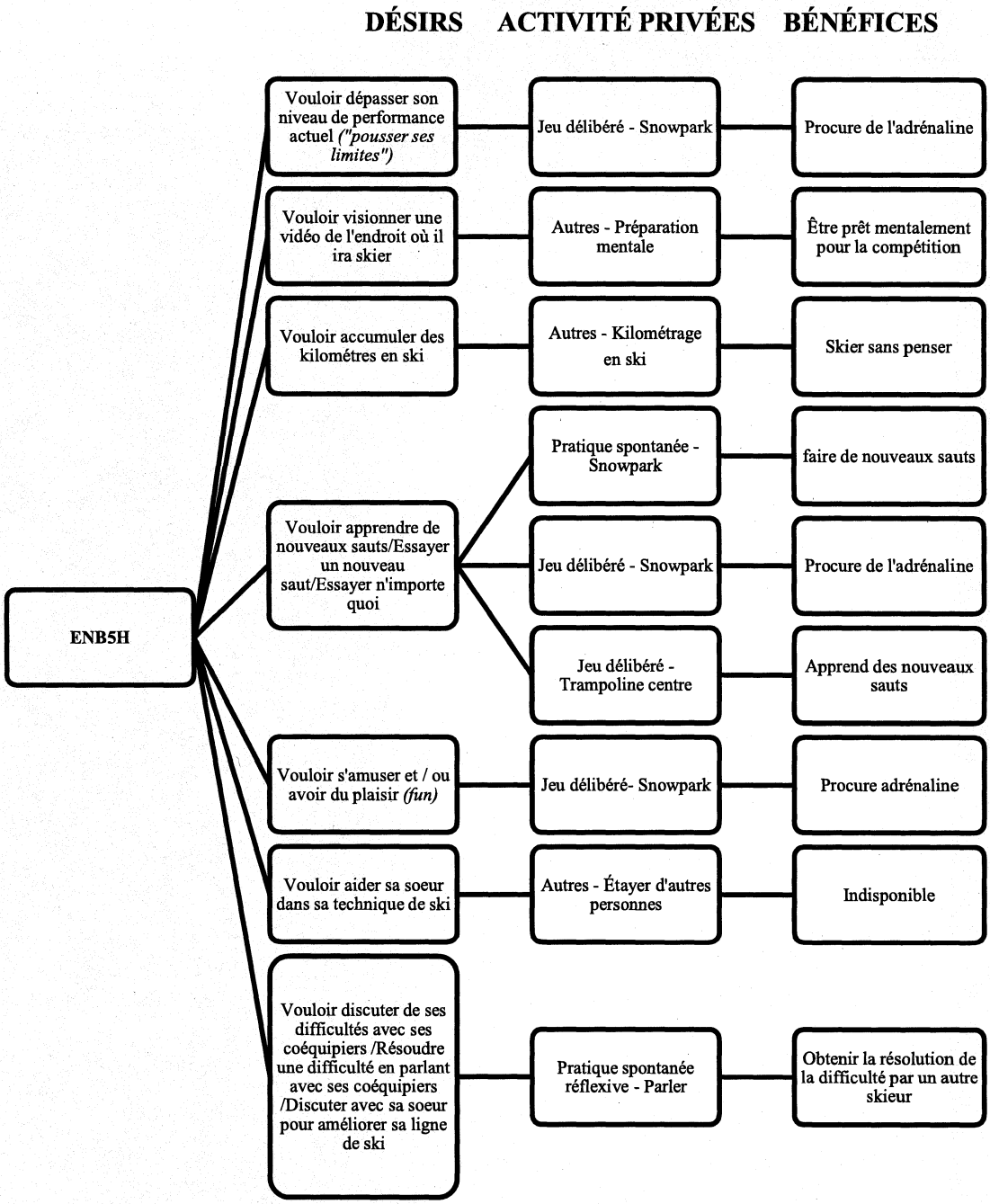

DÉSIRS
ACTIVITÉ PRIVÉES
BÉNÉFICES
ENA2H
Vouloir dépasser son niveau de performance actuel ("pousser ses limites")
Pratique délibérée - Rampe d'eau
Faire de nouveaux mouvements
Apprendre la mécanique du saut
Maitriser suffisamment pour que le saut soit sécuritaire
Vouloir apprendre de nouveaux sauts/Essayer un nouveau saut/Essayer n'importe quoi
Jeu délibéré - Sauter sur la neige
Faire un 360°
Jeu délibéré - Trampoline maison
Développer le sens aérien
Apprendre /Comprendre un nouveau mouvement
Vouloir faire le plus de sauts possible
Jeu délibéré - Trampoline maison
Indisponible
Vouloir améliorer la condition physique pour performer
Pratique délibérée Conditionnement physique
Devenir un meilleur skieur
Vouloir s'amuser et/ou avoir du plaisir ("fun")
Jeu délibéré - Trampoline maison
Indisponible
Autres - Construction de sauts enneigés
Vivre sa passion
Associer les angles du saut au plaisir éprouvé à sauter
Vouloir apprécier affectivement la reproduction d'un saut avec des crayons
Jeu de règles - Artefact
Indisponible
Vouloir skier avec son ami/ses amis/ses coéquipiers
Pratique spontanée - Ski libre
Perfectionnement de ses habiletés en ski

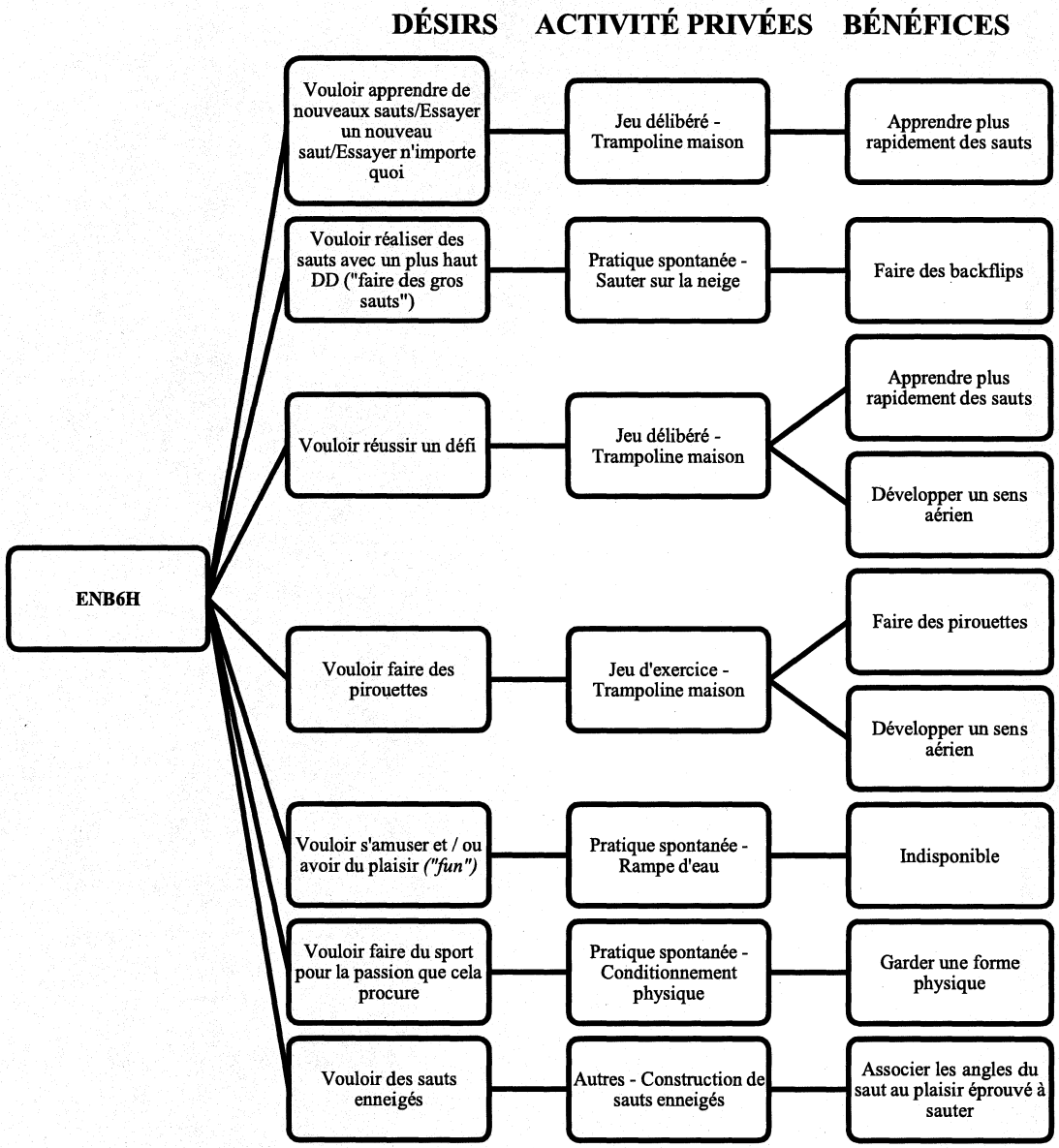

DÉSIRS
ACTIVITÉ PRIVÉES
BÉNÉFICES
ENA3H
Vouloir être parmi les meilleurs en compétition
Pratique délibérée - Rampe deau
Acquérir une bonne base
Apprendre à vriller
Exécuter des sauts avec un plus haut DD
Vouloir simuler une descente de compétition
Jeu délibérée - Ski libre
Faire une descente de compétition sans erreur
Vouloir reproduire des compétitions
Jeu de règles - Artefact
Indisponible
Autres - Artefact
Passion du ski de bosses
Vouloir skier vite
Pratique délibérée - Ski libre
Bien ralentir pour aller plus vite
Vouloir essayer par lui-même de développer ses habiletés en ski
Pratique délibérée - Cours de ski
Devenir un meilleur skieur
Maintenir les skis plus droits
Vouloir imiter son modèle
Pratique spontanée - Ski libre
Développer son style de skieur
Garder les pieds en dessous
Garder la vision haute
Vouloir visualiser des habiletés qu'il ne fait pas encore
Pratique spontanée - Ski libre
Sentir comment ces skieurs se sentent en skiant

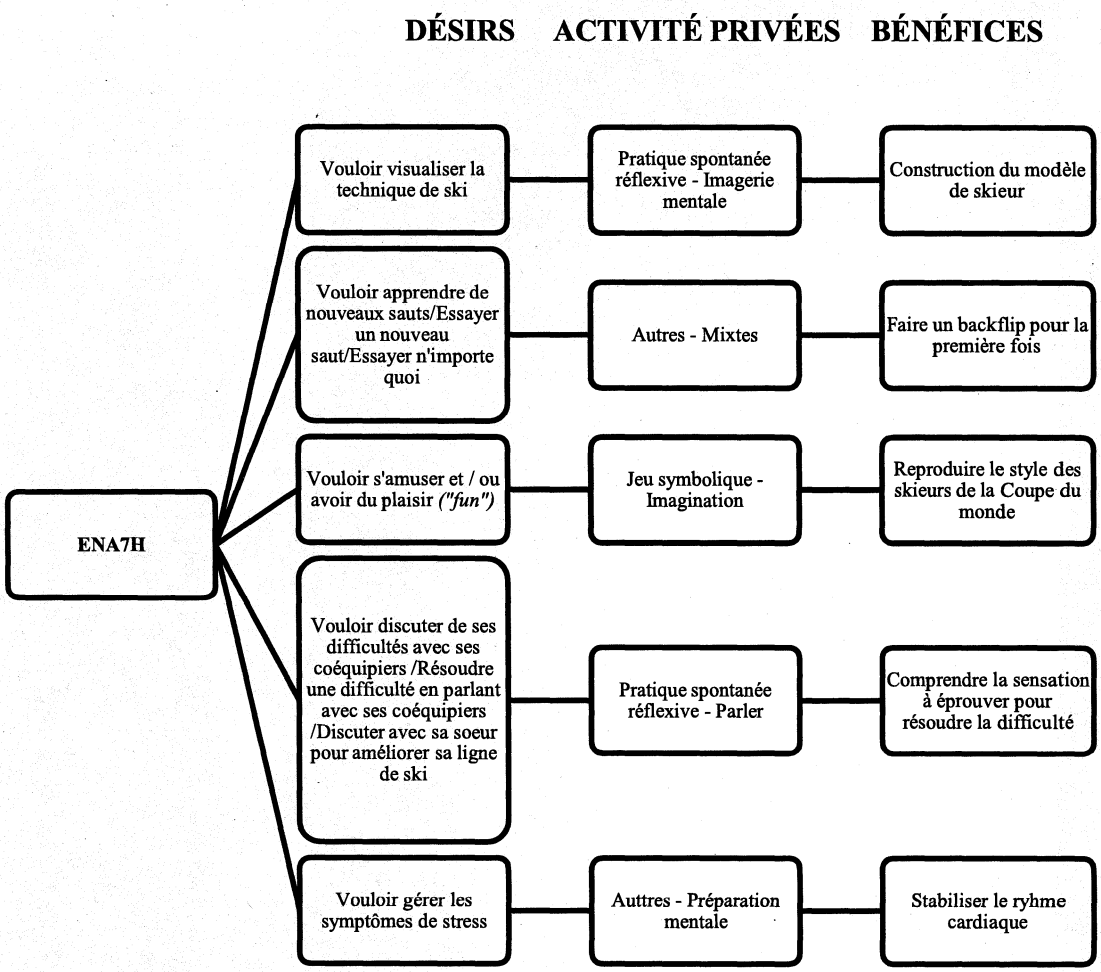

DÉSIRS
ACTIVITÉ PRIVÉES
BÉNÉFICES
ENA3H
Vouloir visualiser des habiletés qu'il ne fait pas encore
Pratique spontanée réflexive - Imagerie mentale
Sensation de progrès parce qu'est comme skier
Aide pour les atterrissages
Vouloir apprendre de nouveaux sauts/Essayer un nouveau saut/Essayer n'importe quoi
Jeu délibéré - Sauter sur la neige
Pour le plaisir/S'amuser
Vouloir sauter haut
Pratique délibérée - Camp d'entrainement
Être un sauteur
Vouloir imiter un modèle (saut)
Pratique spontanée - Trampoline maison
Gagner de la révolution dans la vrille
Vouloir vriller le plus que tu peux
Pratique spontanée - Trempoline maison
Vriller rapidement
Vouloir reproduire ses sauts et ceux d'autres skieurs
Jeu symbolique - Artefact
Indisponible
Vouloir dépasser le niveau de compétence de l'autre ("battre l'autre")
Jeu délibéré - Ski libre
Égaler ou dépasser le niveau de performance de son adversaire
Vouloir dépasser le niveau de la fratrie ("battre l'autre")
Jeu délibéré - Trampoline maison
Avoir un meilleur backflip que son frère

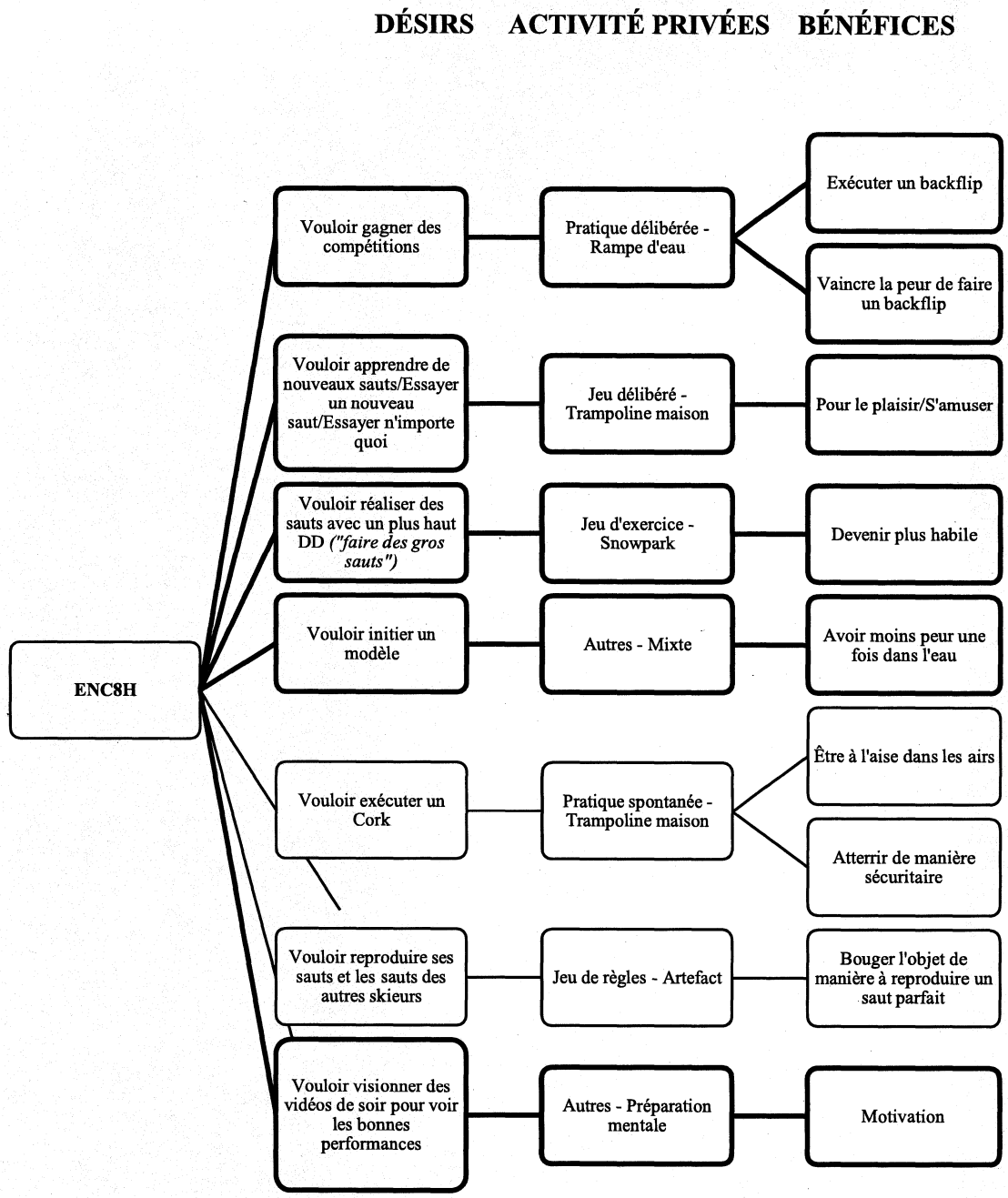

DÉSIRS
ACTIVITÉ PRIVÉES
BÉNÉFICES
ENA3H
Vouloir spécialiser l'entraînement de condition physique à son sport
Pratique délibérée - Conditionnement physique
Endurance
Posture/ Positionnement
Rapidité
Cardiovasculaire/ Muscles stabilisateurs
Vouloir s'amuser et/ou avoir du plaisir ("fun")
Pratique délibérée - Camp d'entraînement
Pour le fun
Jeu d'exercice - Ski libre
Bon de skier
Vouloir aider sa soeur dans sa technique de ski
Autres - Étayer d'autres personnes
Aider sa soeur à skier plus direct dans les bosses au moyen d'un étayage prescriptif et de démonstration
Vouloir observer un trampoliniste expert en vrille
Pratique spontanée réflexive - Observation des autres
Distinguer ce qui caractérise/ce qui permet à ce trampoliniste de vriller rapidement
Vouloir faire des exercices de visualisation et de relaxation
Autres - Préparation mentale
Ralentir les battements de coeur
Vouloir améliorer la condition physique pour performer
Jeu de règles - Artefact
Indisponible

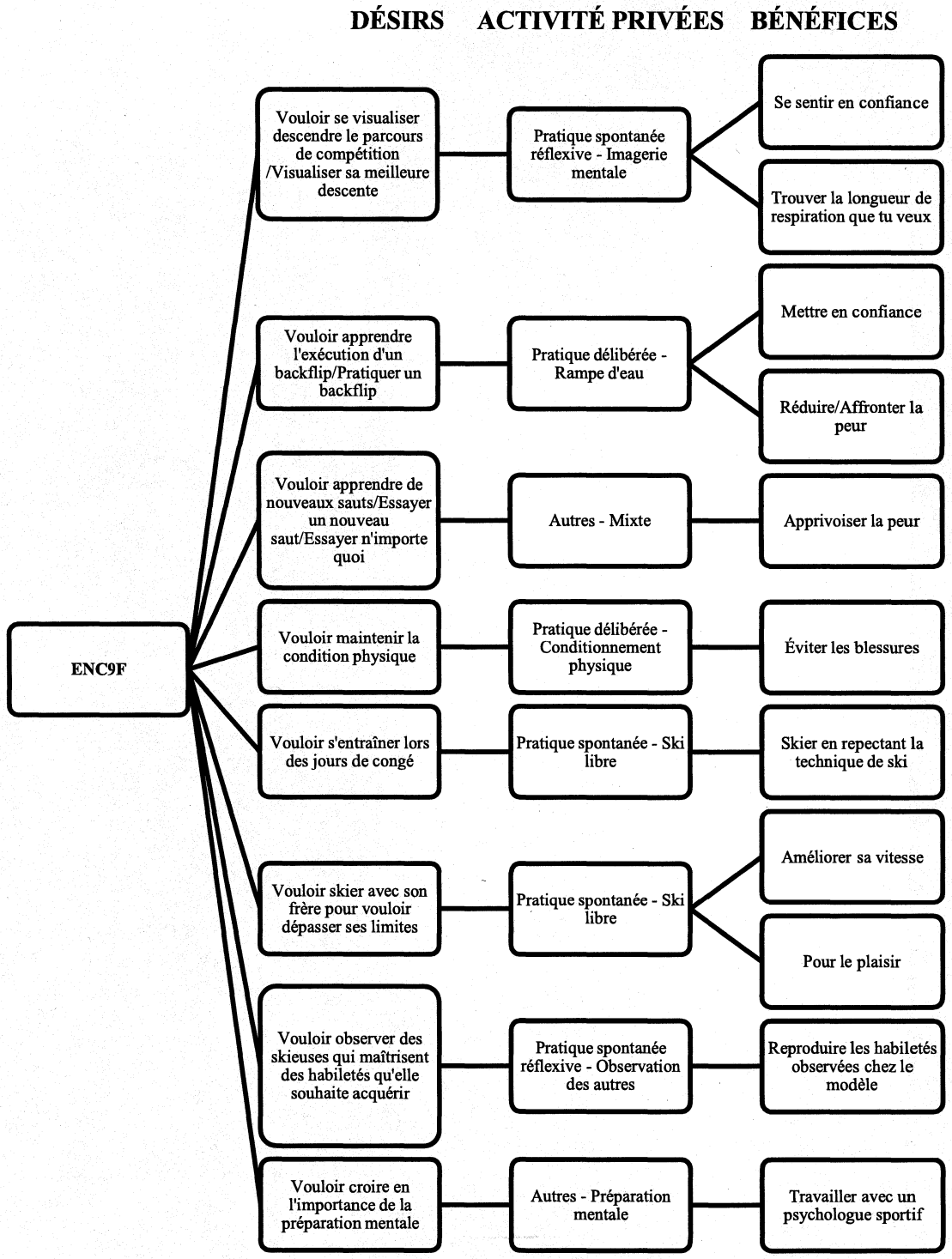

DÉSIRS
ACTIVITÉ PRIVÉES
BÉNÉFICES
ENA4H
Vouloir conduire des exercices de base pour sa réhabilitation
Pratique délibérée - Cours de ski
Centrer sur les skis et reprendre contact avec la neige
Vouloir apprendre de nouveaux sauts/Essayer un nouveau saut/Essayer n'importe quoi
Jeu délibéré - Tremplin
Dépasser son niveau actuel de performance ("me pousser")
Vouloir sauter haut
Jeu symbolique - Imagination
Indisponible
Vouloir faire des flips avec les crayons/Reproduire des backflips ayant un bon départ
Pratique spontanée réflexive - Artefact
Voir comment ça se passe, le sentir et que ce soit parfait
Vouloir s'amuser et/ou avoir du plaisir ("fun")
Jeu délibéré - Sauter sur la neige
Faire un backflip
Faire de nouveaux sauts
Vouloir suivre le programme d'entraînement ou obéir aux prescriptions de l'équipe
Pratique délibérée - Conditionnement physique
Indisponible
Vouloir suivre les plus vieux athlètes de l'Équipe régionale
Jeu d'exercice - Ski libre
Faire un meilleur skieur

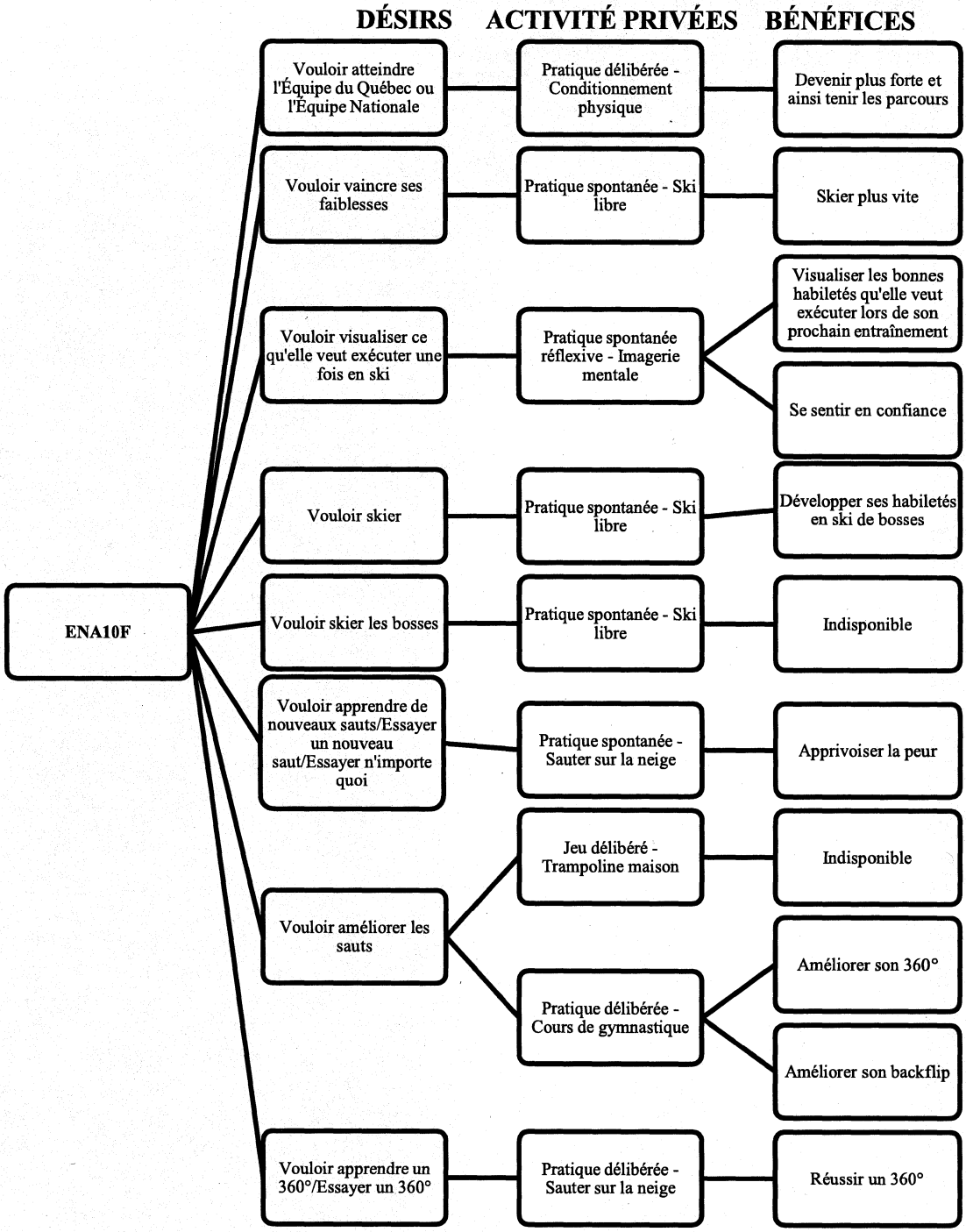

DÉSIRS
ACTIVITÉ PRIVÉES
BÉNÉFICES
ENB5H
Vouloir dépasser son niveau de performance actuel *("pousser ses limites")*
Jeu délibéré - Snowpark
Procure de l'adrénaline
Vouloir visionner une vidéo de l'endroit où il ira skier
Autres - Préparation mentale
Être prêt mentalement pour la compétition
Vouloir accumuler des kilométres en ski
Autres - Kilométrage en ski
Skier sans penser
Vouloir apprendre de nouveaux sauts/Essayer un nouveau saut/Essayer n'importe quoi
Pratique spontanée - Snowpark
faire de nouveaux sauts
Jeu délibéré - Snowpark
Procure de l'adrénaline
Jeu délibéré - Trampoline centre
Apprend des nouveaux sauts
Vouloir s'amuser et / ou avoir du plaisir *(fun)*
Jeu délibéré- Snowpark
Procure adrénaline
Vouloir aider sa soeur dans sa technique de ski
Autres - Étayer d'autres personnes
Indisponible
Vouloir discuter de ses difficultés avec ses coéquipiers /Résoudre une difficulté en parlant avec ses coéquipiers /Discuter avec sa soeur pour améliorer sa ligne de ski
Pratique spontanée réflexive - Parler
Obtenir la résolution de la difficulté par un autre skieur

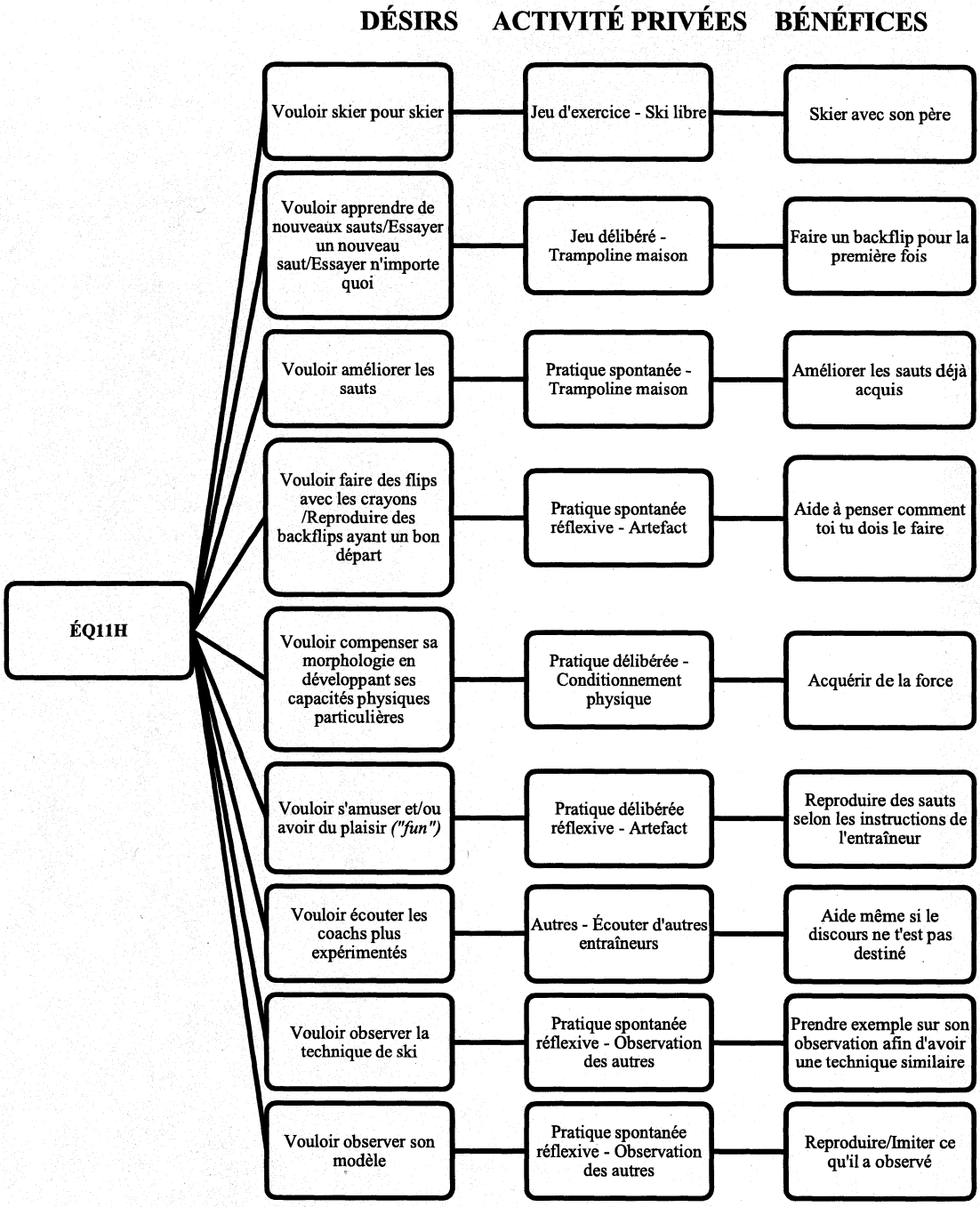

DÉSIRS
ACTIVITÉ PRIVÉES
BÉNÉFICES
ENB6H
Vouloir apprendre de nouveaux sauts/Essayer un nouveau saut/Essayer n'importe quoi
Jeu délibéré - Trampoline maison
Apprendre plus rapidement des sauts
Vouloir réaliser des sauts avec un plus haut DD ("faire des gros sauts")
Pratique spontanée - Sauter sur la neige
Faire des backflips
Vouloir réussir un défi
Jeu délibéré - Trampoline maison
Apprendre plus rapidement des sauts
Développer un sens aérien
Vouloir faire des pirouettes
Jeu d'exercice - Trampoline maison
Faire des pirouettes
Développer un sens aérien
Vouloir s'amuser et / ou avoir du plaisir ("fun")
Pratique spontanée - Rampe d'eau
Indisponible
Vouloir faire du sport pour la passion que cela procure
Pratique spontanée - Conditionnement physique
Garder une forme physique
Vouloir des sauts enneigés
Autres - Construction de sauts enneigés
Associer les angles du saut au plaisir éprouvé à sauter

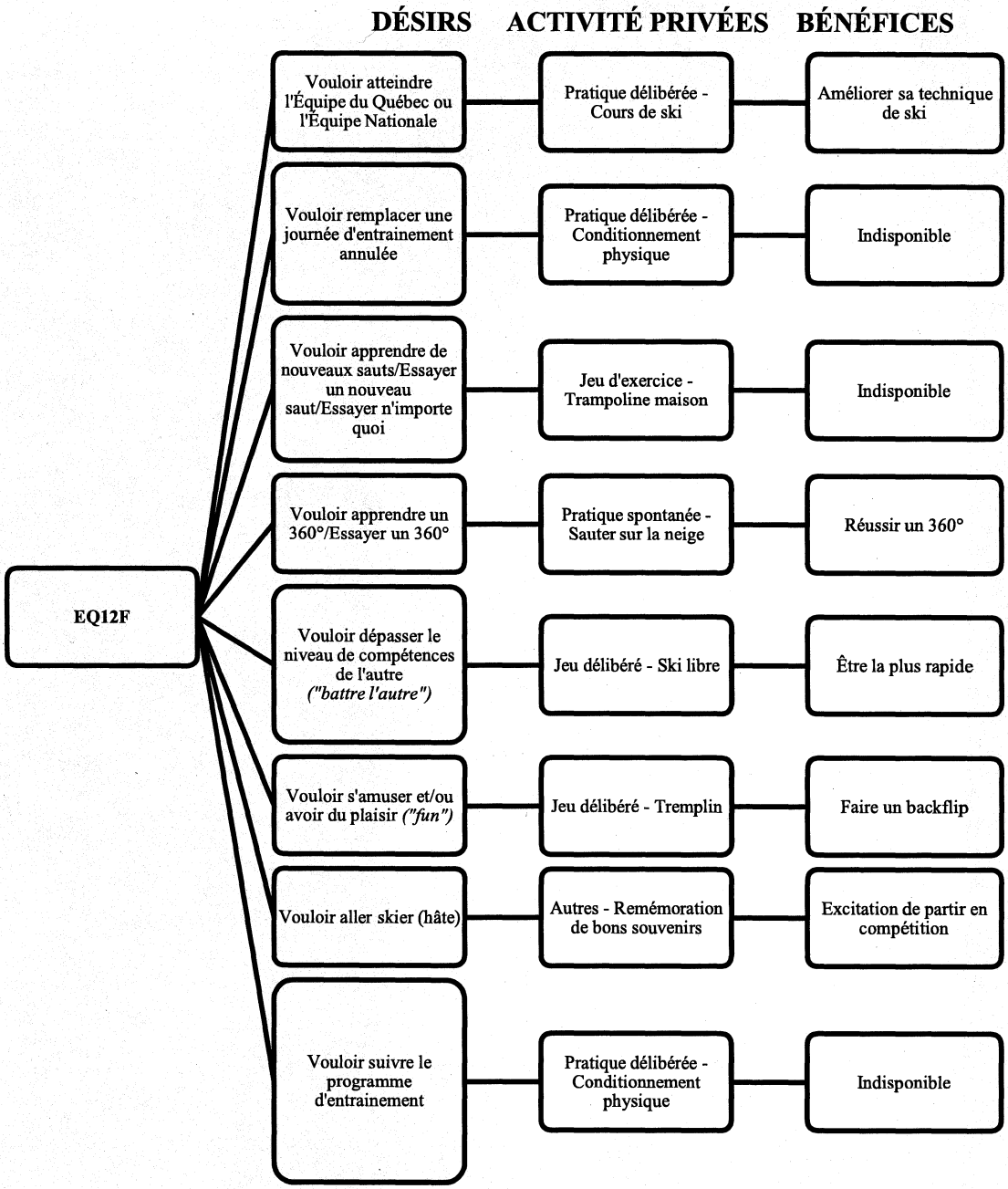

DÉSIRS
ACTIVITÉ PRIVÉES
BÉNÉFICES
ENA7H
Vouloir visualiser la technique de ski
Pratique spontanée réflexive - Imagerie mentale
Construction du modèle de skieur
Vouloir apprendre de nouveaux sauts/Essayer un nouveau saut/Essayer n'importe quoi
Autres - Mixtes
Faire un backflip pour la première fois
Vouloir s'amuser et / ou avoir du plaisir ("fun")
Jeu symbolique - Imagination
Reproduire le style des skieurs de la Coupe du monde
Vouloir discuter de ses difficultés avec ses coéquipiers /Résoudre une difficulté en parlant avec ses coéquipiers /Discuter avec sa soeur pour améliorer sa ligne de ski
Pratique spontanée réflexive - Parler
Comprendre la sensation à éprouver pour résoudre la difficulté
Vouloir gérer les symptômes de stress
Auttres - Préparation mentale
Stabiliser le ryhme cardiaque

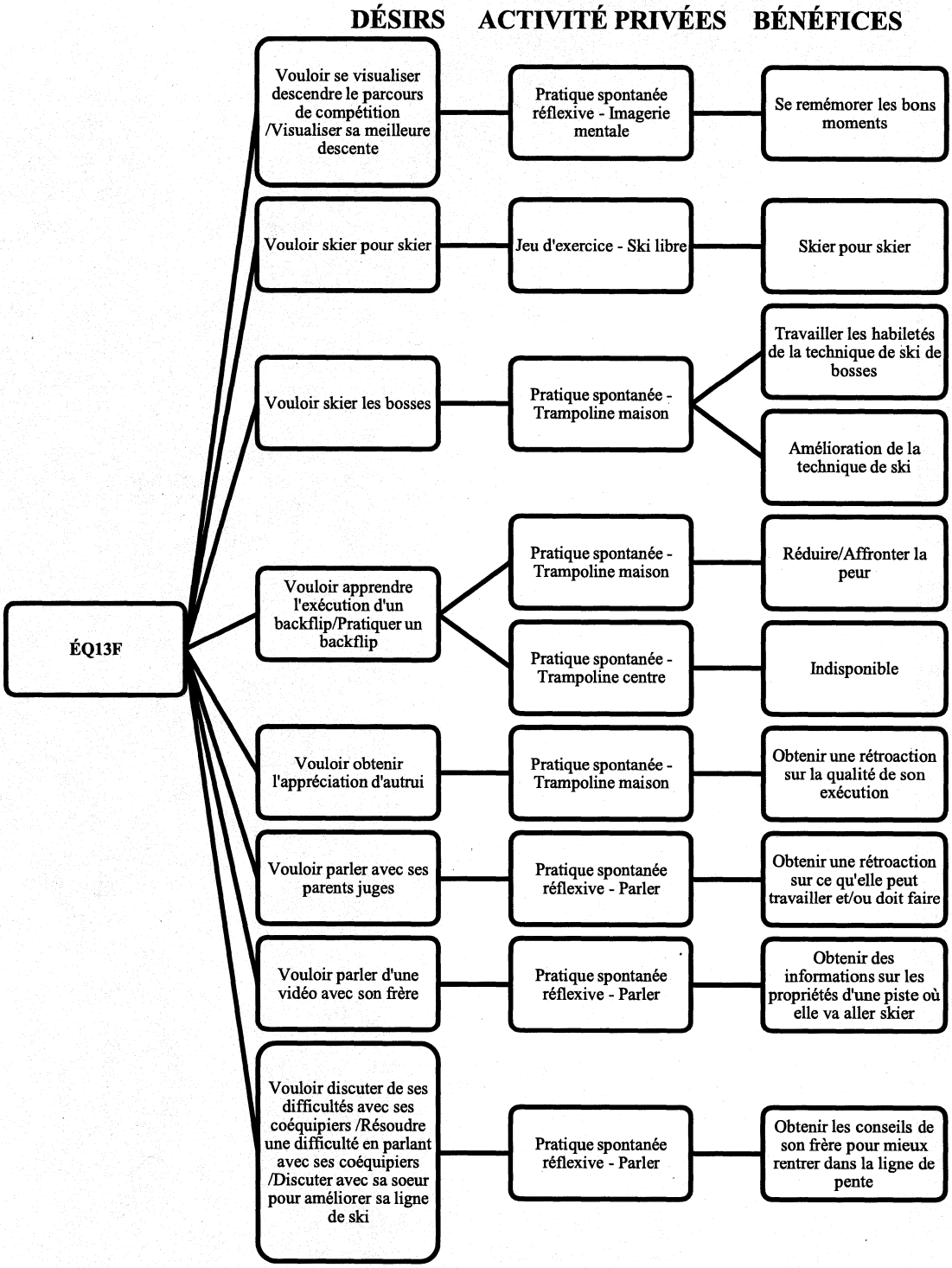

DÉSIRS
ACTIVITÉ PRIVÉES
BÉNÉFICES
ENC8H
Vouloir gagner des compétitions
Pratique délibérée - Rampe d'eau
Exécuter un backflip
Vaincre la peur de faire un backflip
Vouloir apprendre de nouveaux sauts/Essayer un nouveau saut/Essayer n'importe quoi
Jeu délibéré - Trampoline maison
Pour le plaisir/S'amuser
Vouloir réaliser des sauts avec un plus haut DD ("faire des gros sauts")
Jeu d'exercice - Snowpark
Devenir plus habile
Vouloir initier un modèle
Autres - Mixte
Avoir moins peur une fois dans l'eau
Vouloir exécuter un Cork
Pratique spontanée - Trampoline maison
Être à l'aise dans les airs
Atterrir de manière sécuritaire
Vouloir reproduire ses sauts et les sauts des autres skieurs
Jeu de règles - Artefact
Bouger l'objet de manière à reproduire un saut parfait
Vouloir visionner des vidéos de soir pour voir les bonnes performances
Autres - Préparation mentale
Motivation

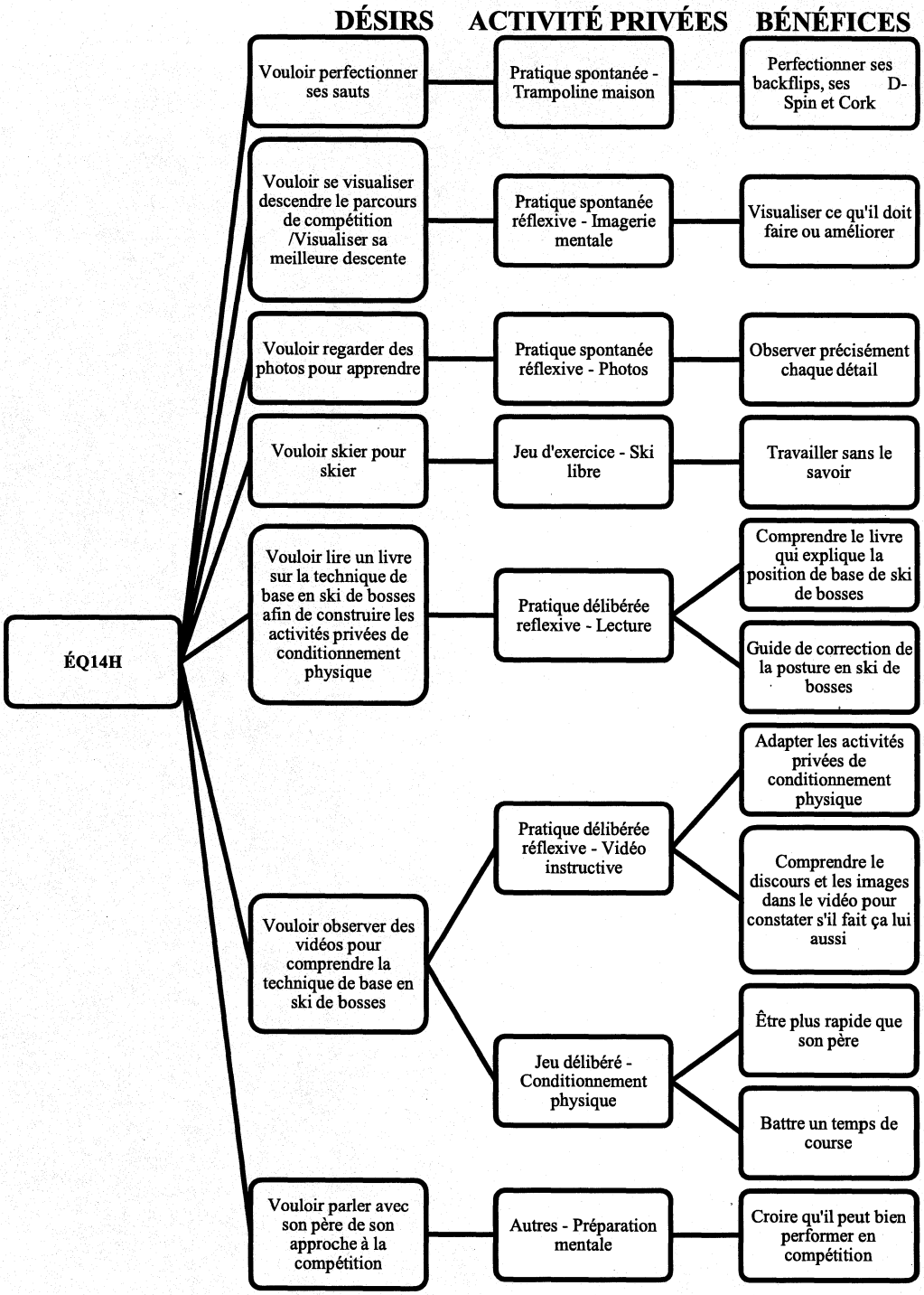

DÉSIRS
ACTIVITÉ PRIVÉES
BÉNÉFICES
ENC9F
Vouloir se visualiser descendre le parcours de compétition /Visualiser sa meilleure descente
Pratique spontanée réflexive - Imagerie mentale
Se sentir en confiance
Trouver la longueur de respiration que tu veux
Vouloir apprendre l'exécution d'un backflip/Pratiquer un backflip
Pratique délibérée - Rampe d'eau
Mettre en confiance
Réduire/Affronter la peur
Vouloir apprendre de nouveaux sauts/Essayer un nouveau saut/Essayer n'importe quoi
Autres - Mixte
Apprivoiser la peur
Vouloir maintenir la condition physique
Pratique délibérée - Conditionnement physique
Éviter les blessures
Vouloir s'entraîner lors des jours de congé
Pratique spontanée - Ski libre
Skier en repectant la technique de ski
Vouloir skier avec son frère pour vouloir dépasser ses limites
Pratique spontanée - Ski libre
Améliorer sa vitesse
Pour le plaisir
Vouloir observer des skieuses qui maîtrisent des habiletés qu'elle souhaite acquérir
Pratique spontanée réflexive - Observation des autres
Reproduire les habiletés observées chez le modèle
Vouloir croire en l'importance de la préparation mentale
Autres - Préparation mentale
Travailler avec un psychologue sportif

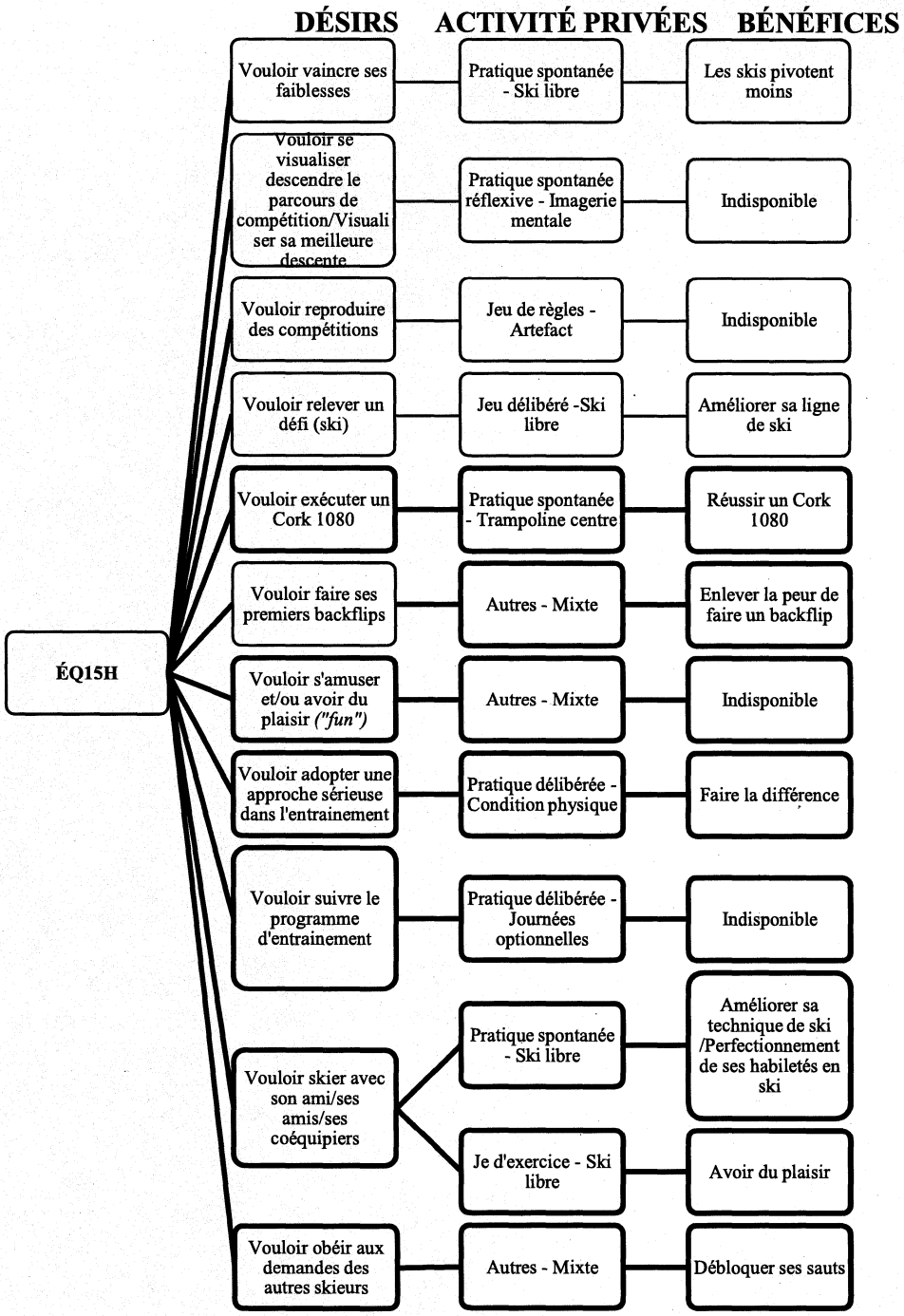

DÉSIRS
ACTIVITÉ PRIVÉES
BÉNÉFICES
ENA10F
Vouloir atteindre l'Équipe du Québec ou l'Équipe Nationale
Pratique délibérée - Conditionnement physique
Devenir plus forte et ainsi tenir les parcours
Vouloir vaincre ses faiblesses
Pratique spontanée - Ski libre
Skier plus vite
Vouloir visualiser ce qu'elle veut exécuter une fois en ski
Pratique spontanée réflexive - Imagerie mentale
Visualiser les bonnes habiletés qu'elle veut exécuter lors de son prochain entraînement
Se sentir en confiance
Vouloir skier
Pratique spontanée - Ski libre
Développer ses habiletés en ski de bosses
Vouloir skier les bosses
Pratique spontanée - Ski libre
Indisponible
Vouloir apprendre de nouveaux sauts/Essayer un nouveau saut/Essayer n'importe quoi
Pratique spontanée - Sauter sur la neige
Apprivoiser la peur
Vouloir améliorer les sauts
Jeu délibéré - Trampoline maison
Indisponible
Pratique délibérée - Cours de gymnastique
Améliorer son 360°
Améliorer son backflip
Vouloir apprendre un 360°/Essayer un 360°
Pratique délibérée - Sauter sur la neige
Réussir un 360°

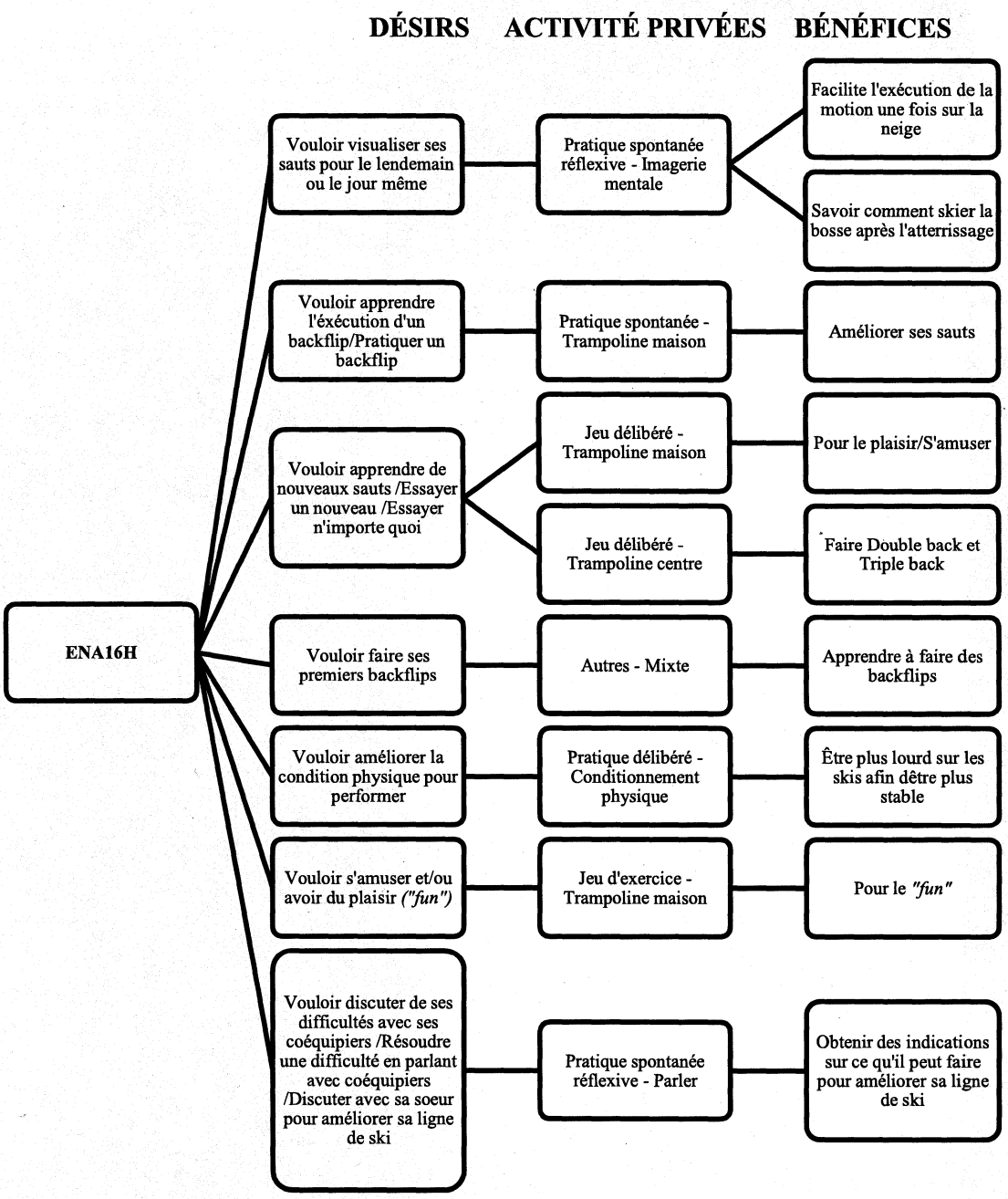

DÉSIRS
ACTIVITÉ PRIVÉES
BÉNÉFICES
ÉQ11H
Vouloir skier pour skier
Jeu d'exercice - Ski libre
Skier avec son père
Vouloir apprendre de nouveaux sauts/Essayer un nouveau saut/Essayer n'importe quoi
Jeu délibéré - Trampoline maison
Faire un backflip pour la première fois
Vouloir améliorer les sauts
Pratique spontanée - Trampoline maison
Améliorer les sauts déjà acquis
Vouloir faire des flips avec les crayons /Reproduire des backflips ayant un bon départ
Pratique spontanée réflexive - Artefact
Aide à penser comment toi tu dois le faire
Vouloir compenser sa morphologie en développant ses capacités physiques particulières
Pratique délibérée - Conditionnement physique
Acquérir de la force
Vouloir s'amuser et/ou avoir du plaisir ("fun")
Pratique délibérée réflexive - Artefact
Reproduire des sauts selon les instructions de l'entraîneur
Vouloir écouter les coachs plus expérimentés
Autres - Écouter d'autres entraîneurs
Aide même si le discours ne t'est pas destiné
Vouloir observer la technique de ski
Pratique spontanée réflexive - Observation des autres
Prendre exemple sur son observation afin d'avoir une technique similaire
Vouloir observer son modèle
Pratique spontanée réflexive - Observation des autres
Reproduire/Imiter ce qu'il a observé

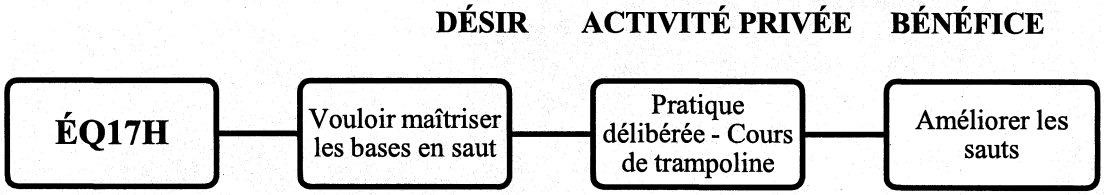

DÉSIRS
ACTIVITÉ PRIVÉES
BÉNÉFICES
EQ12F
Vouloir atteindre l'Équipe du Québec ou l'Équipe Nationale
Pratique délibérée - Cours de ski
Améliorer sa technique de ski
Vouloir remplacer une journée d'entrainement annulée
Pratique délibérée - Conditionnement physique
Indisponible
Vouloir apprendre de nouveaux sauts/Essayer un nouveau saut/Essayer n'importe quoi
Jeu d'exercice - Trampoline maison
Indisponible
Vouloir apprendre un 360°/Essayer un 360°
Pratique spontanée - Sauter sur la neige
Réussir un 360°
Vouloir dépasser le niveau de compétences de l'autre ("battre l'autre")
Jeu délibéré - Ski libre
Être la plus rapide
Vouloir s'amuser et/ou avoir du plaisir ("fun")
Jeu délibéré - Tremplin
Faire un backflip
Vouloir aller skier (hâte)
Autres - Remémoration de bons souvenirs
Excitation de partir en compétition
Vouloir suivre le programme d'entrainement
Pratique délibérée - Conditionnement physique
Indisponible


DÉSIRS
ACTIVITÉ PRIVÉES
BÉNÉFICES
ÉQ13F
Vouloir se visualiser descendre le parcours de compétition /Visualiser sa meilleure descente
Pratique spontanée réflexive - Imagerie mentale
Se remémorer les bons moments
Vouloir skier pour skier
Jeu d'exercice - Ski libre
Skier pour skier
Vouloir skier les bosses
Pratique spontanée - Trampoline maison
Travailler les habiletés de la technique de ski de bosses
Amélioration de la technique de ski
Vouloir apprendre l'exécution d'un backflip/Pratiquer un backflip
Pratique spontanée - Trampoline maison
Réduire/Affronter la peur
Pratique spontanée - Trampoline centre
Indisponible
Vouloir obtenir l'appréciation d'autrui
Pratique spontanée - Trampoline maison
Obtenir une rétroaction sur la qualité de son exécution
Vouloir parler avec ses parents juges
Pratique spontanée réflexive - Parler
Obtenir une rétroaction sur ce qu'elle peut travailler et/ou doit faire
Vouloir parler d'une vidéo avec son frère
Pratique spontanée réflexive - Parler
Obtenir des informations sur les propriétés d'une piste où elle va aller skier
Vouloir discuter de ses difficultés avec ses coéquipiers /Résoudre une difficulté en parlant avec ses coéquipiers /Discuter avec sa soeur pour améliorer sa ligne de ski
Pratique spontanée réflexive - Parler
Obtenir les conseils de son frère pour mieux rentrer dans la ligne de pente


DÉSIRS
ACTIVITÉ PRIVÉES
BÉNÉFICES
ÉQ14H
Vouloir perfectionner ses sauts
Pratique spontanée - Trampoline maison
Perfectionner ses backflips, ses D-Spin et Cork
Vouloir se visualiser descendre le parcours de compétition /Visualiser sa meilleure descente
Pratique spontanée réflexive - Imagerie mentale
Visualiser ce qu'il doit faire ou améliorer
Vouloir regarder des photos pour apprendre
Pratique spontanée réflexive - Photos
Observer précisément chaque détail
Vouloir skier pour skier
Jeu d'exercice - Ski libre
Travailler sans le savoir
Vouloir lire un livre sur la technique de base en ski de bosses afin de construire les activités privées de conditionnement physique
Pratique délibérée reflexive - Lecture
Comprendre le livre qui explique la position de base de ski de bosses
Guide de correction de la posture en ski de bosses
Vouloir observer des vidéos pour comprendre la technique de base en ski de bosses
Pratique délibérée réflexive - Vidéo instructive
Adapter les activités privées de conditionnement physique
Comprendre le discours et les images dans le vidéo pour constater s'il fait ça lui aussi
Jeu délibéré - Conditionnement physique
Être plus rapide que son père
Battre un temps de course
Vouloir parler avec son père de son approche à la compétition
Autres - Préparation mentale
Croire qu'il peut bien performer en compétition


DÉSIRS
ACTIVITÉ PRIVÉES
BÉNÉFICES
ÉQ15H
Vouloir vaincre ses faiblesses
Pratique spontanée - Ski libre
Les skis pivotent moins
Vouloir se visualiser descendre le parcours de compétition/Visualiser sa meilleure descente
Pratique spontanée réflexive - Imagerie mentale
Indisponible
Vouloir reproduire des compétitions
Jeu de règles - Artefact
Indisponible
Vouloir relever un défi (ski)
Jeu délibéré -Ski libre
Améliorer sa ligne de ski
Vouloir exécuter un Cork 1080
Pratique spontanée - Trampoline centre
Réussir un Cork 1080
Vouloir faire ses premiers backflips
Autres - Mixte
Enlever la peur de faire un backflip
Vouloir s'amuser et/ou avoir du plaisir ("fun")
Autres - Mixte
Indisponible
Vouloir adopter une approche sérieuse dans l'entrainement
Pratique délibérée - Condition physique
Faire la différence
Vouloir suivre le programme d'entrainement
Pratique délibérée - Journées optionnelles
Indisponible
Vouloir skier avec son ami/ses amis/ses coéquipiers
Pratique spontanée - Ski libre
Améliorer sa technique de ski /Perfectionnement de ses habiletés en ski
Je d'exercice - Ski libre
Avoir du plaisir
Vouloir obéir aux demandes des autres skieurs
Autres - Mixte
Débloquer ses sauts


DÉSIRS
ACTIVITÉ PRIVÉES
BÉNÉFICES
ENA16H
Vouloir visualiser ses sauts pour le lendemain ou le jour même
Pratique spontanée réflexive - Imagerie mentale
Facilite l'exécution de la motion une fois sur la neige
Savoir comment skier la bosse après l'atterrissage
Vouloir apprendre l'éxécution d'un backflip/Pratiquer un backflip
Pratique spontanée - Trampoline maison
Améliorer ses sauts
Vouloir apprendre de nouveaux sauts /Essayer un nouveau /Essayer n'importe quoi
Jeu délibéré - Trampoline maison
Pour le plaisir/S'amuser
Jeu délibéré - Trampoline centre
Faire Double back et Triple back
Vouloir faire ses premiers backflips
Autres - Mixte
Apprendre à faire des backflips
Vouloir améliorer la condition physique pour performer
Pratique délibéré - Conditionnement physique
Être plus lourd sur les skis afin dêtre plus stable
Vouloir s'amuser et/ou avoir du plaisir ("fun")
Jeu d'exercice - Trampoline maison
Pour le "fun"
Vouloir discuter de ses difficultés avec ses coéquipiers /Résoudre une difficulté en parlant avec coéquipiers /Discuter avec sa soeur pour améliorer sa ligne de ski
Pratique spontanée réflexive - Parler
Obtenir des indications sur ce qu'il peut faire pour améliorer sa ligne de ski


DÉSIR
ACTIVITÉ PRIVÉE
BÉNÉFICE
ÉQ17H
Vouloir maîtriser les bases en saut
Pratique délibérée - Cours de trampoline
Améliorer les sauts

BIBLIOGRAPHIE

Allport, G. W. (1935). Attitudes. Dans C. Murchison (dir.), *Handbook of social psychology* (p. 798-844). Worcester, MA : Clark University Press.

Anderson, E. (2014). Dewey's Moral Philosophy. Dans *The Standford Encyclopedia of Philosophy*. Metaphysics Research Lab, Stanford University. Récupéré de https://plato.stanford.edu/archives/spr2014/entries/dewey-moral/

Anderson, J. R. (1982). Acquisition of cognitive skill. *Psychological review*, *89*(4), 369.

Aristote. (2008). *Éthique à Nicomaque* (édité par D. Agacinski, traduit par R. Bodéüs). Paris : Flammarion.

Aristote. (2013). *Le mouvement des animaux: suivi de la locomotion des animaux* (traduit par P.-M. Morel). Paris : Flammarion.

Arpaly, N. et Schroeder, T. (2012). Deliberation and Acting for Reasons. *Philosophical Review*, *121*(2), 209-239. doi:10.1215/00318108-1539089

Association, C. F. S. (2010). Historique du ski acrobatique. Repéré à http://freestyleski.com/page.php?la=fr&pa=about&id=what-is

Association canadienne de ski acrobatique. (2000). *Mogul Course Specification*.

Association canadienne de ski acrobatique. (2003). *Mogul Invert Site Specs*.

Auer, L. (1921). *Violin Playing as I teach it*. New York : Stokes.

Babkes, M. L. et Weiss, M. R. (1999). Parental Influence on Children's Cognitive and Affective Responses to Competitive Soccer Participation. *Pediatric Exercise Science*, *11*(1), 44-62. doi:10.1123/pes.11.1.44

Baker, J., Cobley, S. et Fraser-Thomas, J. (2009). What do we know about early sport specialization? Not much! *High Ability Studies*, *20*(1), 77-89. doi:10.1080/13598130902860507

Baker, J., Côté, J. et Abernethy, B. (2003). Learning From the Experts: Practice Activities of Expert Decision Makers in Sport. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, *74*(3), 342-347.

Baker, J., Côté, J. et Deakin, J. (2005). Expertise in Ultra-Endurance Triathletes Early Sport Involvement, Training Structure, and the Theory of Deliberate Practice. *Journal of Applied Sport Psychology*, *17*(1), 64-78.

Baker, J. et Horton, S. (2004). A review of primary and secondary influences on sport expertise. *High Ability Studies*, *15*(2), 211-228. doi:10.1080/1359813042000314781

Balyi, I., Cardinal, C. H., Higgs, C., Norris, S. et Way, R. (2005). *Développement à Long Terme de l'Athlète - Au Canada, le sport c'est pour la vie !* Vancouver : Centre Canadien Multisports.

Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: a social cognitive theory*. Englewood Cliffs, N.J : Prentice-Hall.

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: the exercise of control*. New York : W.H. Freeman.

Barandiaran, X. E., Di Paolo, E. et Rohde, M. (2009). Defining Agency: Individuality, Normativity, Asymmetry, and Spatio-temporality in Action. *Adaptive Behavior*, *17*(5), 367-386. doi:10.1177/1059712309343819

Bartlett, S. F. C. (1932). *Remembering*. Cambridge University Press.

Bauer, T. et Zerpa, C. (1996). Design of a Test Ergometer for Leg Strength and Power Measurement in Skiers. *Journal of Strength and Conditioning Research*, *10*(4), 268-273.

Beignier, B. (1997). Vie privée et vie publique. *Archives de Philosophie du droit*, *4*, 163-180.

Belsky, J. (1980). Child maltreatment: an ecological integration. *American psychologist*, *35*(4), 320.

Berry, J., Abernethy, B. et Côté, J. (2008). The Contribution of Structured Activity and Deliberate Play to the Development of Expert Perceptual and Decision-Making Skill. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, *30*, 685-708.

Berthoz, A. et Petit, J.-L. (2006). *Phénoménologie et physiologie de l'action*. Paris : Odile Jacob.

Blais, M. et Martineau, S. (2006). L'analyse inductive générale: description d'une démarche visant à donner un sens à des données brutes. *Recherches qualitatives*, *26*(2), 1–18.

Bloom, B. S. (1985a). *Developing Talent in Young People*. New York : Ballantine.

Bloom, B. S. (1985b). Generalizations About Talent Development. Dans B. S. Bloom (dir.), *Developing talent in young people* (1st ed, p. 507-549). New York : Ballantine Books.

Bounoure, L. (1948). *L'autonomie de l'être vivant. Essai sur les formes organiques et psychologiques de l'activité vitale*. Paris, France : P.U.F.

Bourmaud, G. (2007). L'organisation systémique des instruments: méthodes d'analyse, propriétés et perspectives de conception ouvertes. *Colloque de l'Association pour la Recherche Cognitive-ARCo'07: Cognition-Complexité-Collectif*, 61–76.

Bourrelier, J. (2016). *Utilisation de l'apprentissage moteur implicite comme outil thérapeutique chez les personnes âgées fragiles* (Thèse). Université de Bourgogne, France.

Boyer, E., Miltenberger, R. G., Batsche, C. et Fogel, V. (2009). Video modeling by experts with video feedback to enhance gymnastics skills. *Journal of Applied Behavior Analysis*, *42*(4), 855-860.

Brandt, R. S. (1985). On Talent Development: A Conversation with Benjamin Bloom. *Educational Leadership*, *43*(1), 33-35.

Bronfenbrenner, U. (1977). Toward an experimental ecology of human development. *American Psychologist*, *32*(7), 513-531. doi:10.1037/0003-066X.32.7.513

Bronfenbrenner, U. (1986). Ecology of the Family as a Context for Human Development: Research Perspective. *Developmental Psychology*, *22*(6), 723-742.

Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological Models of Human Development. Dans *International Encyclopedia of Education* (2e éd., vol. 3). Oxford, UK : Elsevier.

Bronfenbrenner, U. (1995). Developmental ecology through space and time: A future perspective. *Examining lives in context: Perspectives on the ecology of human development*, *619*, 647.

Bruner, J. S. (1983a). Le rôle de l'interaction de tutelle dans la résolution de problème. Dans *Le développement de l'enfant: Savoir faire savoir dire* (Presses Universitaires de France-PUF, p. 261-280).

Bruner, J. S. (1983b). Play, thought, and language. *Peabody Journal of Education*, *60*(3), 60–69.

Bullock, N., Gulbin, J. P., Martin, D. T., Ross, A., Holland, T. et Marino, F. (2009). Talent identification and deliberate programming in skeleton: Ice novice to Winter Olympian in 14 months. *Journal of Sports Sciences*, *27*(4), 397-404. doi:10.1080/02640410802549751

Cabanes, R. et Georges, I. (2009). Quelle dialectique possible entre espace public et espace privé ? Dans R. Cabanes et I. Georges (dir.), *São Paulo: la ville d'en bas* (p. 421-449). Paris : Harmattan.

Cadopi, M. (1995). Représentation cognitive et performance dans les actions morphocinétiques. Dans H. Ripoll, J. Bilard, M. Durand, J. Keller, M. Lévêque et P. Therme (dir.), *Questions actuelles en psychologie du sport*. Paris : Édition Revue EPS.

Canguilhem, G. (2003). *La connaissance de la vie*. Paris : Vrin.

Canguilhem, G. (2007). *Le normal et le pathologique*. Paris : PUF.

Carpentier, J. et Mageau, G. A. (2013). When change-oriented feedback enhances motivation, well-being and performance: A look at autonomy-supportive feedback in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, *14*(3), 423-435. doi:10.1016/j.psychsport.2013.01.003

Catteeuw, P., Helsen, W., Gilis, B. et Wagemans, J. (2009). Decision-making skills, role specificity, and deliberate practice in association football refereeing. *Journal of Sports Sciences*, *27*(11), 1125-1136.

Claes, M. (2003). *L'univers social des adolescents*. Montréal, Québec. : Presses de l'Université de Montréal.

Claparède, É. (2003). *L'éducation fonctionnelle*. Paris, France : Éditions Fabert.

Clark, D. A. et Beck, A. T. (2011). *Cognitive therapy of anxiety disorders: science and practice*. New York : Guilford Press.

Cohen, D. et MacKeith, S. A. (1991). *The development of imagination. The private worlds of childhood*. London : Routledge.

Cohn, P. J. (1990). An Exploratory Study on Sources of Stress and Athlete Burnout in Youth Golf. *The Sport Psychologist*, *4*(2), 95-106. doi:10.1123/tsp.4.2.95

Conquet, P. et Devaluez, J. (1986). Notre conception de l'éducation physique. Dans *Collectif, EPS, contenus et didactique* (p. 91-104). Paris, France : SNEP.

Côté, J. (1999). The Influence of the Family in the Development of Talent in Sport. *The Sport Psychologist*, *13*, 395-417.

Côté, J., Baker, J. et Abernethy, B. (2003). From play to practice: A developmental framework for the acquisition of expertise in team sport. Dans J. L. Starkes et A. K. Ericsson (dir.), *Expert performance in sports: Advances in research on sport expertise* (p. 89-114). Champaign, IL : Human Kinetics.

Côté, J., Baker, J. et Abernethy, B. (2007). Practice and play in the development of sport expertise. Dans R. C. Eklund et G. Tenenbaum (dir.), *Handbook of sport psychology* (3rd éd., p. 184–202). Hoboken, NJ : Wiley.

Côté, J., Erickson, K. et Abernethy, B. (2013). Play and practice during childhood. Dans J. Côté et R. Lidor (dir.), *Conditions of children's talent development in sport* (p. 9-20). Morgantown, WV : Fitness Information Technology.

Côté, J., Ericsson, A. K. et Law, M. P. (2005). Tracing the Development of Athletes Using Retrospective Interview Methods: A Proposed Interview and Validation Procedure for Reported Information. *Applied Sport Psychology*, *17*(1), 1-19. doi:10.1080/10413200590907531

Côté, J., Hancock, D. J. et Abernethy, B. (2014). Nurturing Talent in Youth Sport. Dans A. G. Papaioannou et D. Hackfort (dir.), *Routledge companion to sport and exercise psychology: Global perspectives and fundamental concepts* (p. 22-33). New York : Routledge.

Côté, J. et Hay, J. (2002). Children's Involvement in Sport: A Developmental Perspective. Dans J. M. Silva et D. E. Stevens (dir.), *Psychological Foundations of Sport* (p. 484-502). Boston, MA : Allyn and Bacon.

Côté, J., Macdonald, D. J., Baker, J. et Abernethy, B. (2006). When « where » is more important than « when »: Birthplace and birthdate effects on the achievement of sporting expertise. *Journal of Sports Sciences*, *24*(10), 1065-1073. doi:10.1080/02640410500432490

Cox, R. H. (2005). *Psychologie du sport*. Bruxelles : De Boeck.

Coyle, D. (2009). *The talent code: greatness isn't born. It's grown. Here's how*. New York : Bantam Books.

Crocker, P. R. E. (2016). *Sport and exercise psychology: a Canadian perspective*. Toronto : Pearson Prentice Hall.

Cumming, J., Clark, S. E., Ste-Marie, D. M., McCullagh, P. et Hall, C. (2005). The functions of observational learning questionnaire (FOLQ). *Psychology of Sport and Exercise*, *6*(5), 517-537. doi:10.1016/j.psychsport.2004.03.006

Cumming, J. et Hall, C. (2002). Deliberate imagery practice: the development of imagery skills in competitive athletes. *Journal of Sports Sciences*, *20*(2), 137-145.

Cumming, J., Hall, C. et Starkes, J. L. (2005). Deliberate Imagery Practice: The Reliability of Using a Retrospective Recall Methodology. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, *76*(3), 306-314.

Darbon, S. (2002). Pour une anthropologie des pratiques sportives. Propriétés formelles et rapport au corps dans le rugby à XV. *Techniques & culture*, *39*, 1-23. doi:10.4000/tc.153

Davis, N. W. et Meyer, B. B. (2008). When Sibling Becomes Competitor: A Qualitative Investigation of Same-Sex Sibling Competition in Elite Sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, *20*(2), 220-235. doi:10.1080/10413200701864817

De Bosscher, V., Bingham, J., van Bottenburg, M. et De Knop, P. (2008). *The global sporting arms race: an international comparative study on sports policy factors leading to international sporting success*. Oxford, UK : Meyer & Meyer Sport.

De Bosscher, V., De Knop, P., van Bottenburg, M. et Shibli, S. (2006). A conceptual framework for analysing sports policy factors leading to international sporting success. *European sport management quarterly*, *6*(2), 185–215.

De Bosscher, V., De Knop, P., van Bottenburg, M., Shibli, S. et Bingham, J. (2009). Explaining international sporting success: An international comparison of elite sport systems and policies in six countries. *Sport Management Review*, *12*(3), 113-136. doi:10.1016/j.smr.2009.01.001

De Bosscher, V., van Bottenburg, M., Shibli, S. et Westerbeek, H. (2013). Does More Money in Equal More Medals out? An International Comparison in 15 Countries, Results of the SPLISS 2.0 Study. Abstract récupéré de www.easm.net

Deci, E. L., et Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York, NY: Plenum.

De Lavergne, C. (2007). La posture du praticien-chercheur: un analyseur de l'évolution de la recherche qualitative. *Recherches qualitatives*, *3*, 28–43.

Den Hartigh, R. J. R., Van Dijk, M. W. G., Steenbeek, H. W. et Van Geert, P. L. C. (2016). A Dynamic Network Model to Explain the Development of Excellent Human Performance. *Frontiers in Psychology*, *7*. doi:10.3389/fpsyg.2016.00532

Dewey, J. (1915). The Logic of Judgments of Practise. *The Journal of Philosophy, Psychology and Scientific Methods*, *12*(19), 505. doi:10.2307/2012995

Dewey, J. (1916a). *Democracy and Education*. USA : A Penn State Electronics Classics Series Publication.

Dewey, J. (1916b). *Essays in experimental logic*. Chicago, USA : The university of chicago.

Dewey, J. (1922). *Human Nature and Conduct: An Introduction to Social Psychology*. New York, NY : Henry Holt and Company.

Dewey, J. (1929). *The Question for Certainty: A Study of the Relation of Knowledge and Action*. New York, NY : Minton, Balch & Company.

Dewey, J. (1938). *Logic : The theory of inquiry*. New York, NY : Henry Holt and Company.

Dewey, J. (1976). *L'école et l'enfant*. Neuchâtel, Paris : Delachaux et Niestlé.

Dewey, J. (2008). La théorie de la valuation. *Tracés*, (15), 217-228. doi:10.4000/traces.833

Dewey, J. (2014). *Reconstruction en philosophie*. Di Masio, P. (trad.). Paris : Gallimard. (ouvrage original publié en 1920).

Di Paolo, E. (2005). Autopoiesis, Adaptivity, Teleology, Agency. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, *4*(4), 429-452. doi:10.1007/s11097-005-9002-y

Di Paolo, E. (2014). Robotique et énaction : l'apprentissage en question. *Revue E.P.S.*, *362*, 10-14.

Di Paolo, E., Rohde, M. et De Jaegher, H. (2010). Horizons for the enactive mind: Values, social interaction, and play. *Enaction: Towards a new paradigm for cognitive science*, 33–87.

Dosil, J. (2006). *The sport psychologist's handbook: a guide for sport-specific performance enhancement*. Chichester, West Sussex, England ; Hoboken, NJ : John Wiley.

Dishaw, S. (2015). Moralité et désir chez Aristote. Dans M.-K. Daoust (dir.), *Le désir et la philosophie* (p. 39-66). Montréal, Canada : Les Cahiers d'Ithaque.

Duncan, R. M. et Tarulli, D. (2003). Play as the Leading Activity of the Preschool Period: Insights from Vygotsky, Leont'ev, and Bakhtin. *Early Education & Development*, *14*(3), 271-292. doi:10.1207/s15566935eed1403_2

Durand, M., Geoffroi, V. et Jacquemont, L. (1993). Constance et stabilité des tâches, invariance des adaptations motrices et techniques sportives. Dans J.-P. Famose (dir.), *Cognition et Performance* (p. 145-163). Paris, France : Publications INSEP.

Durand-Bush, N., Salmela, J. H. et Green-Demers, I. (2001). The Ottawa Mental Skills Assessment Tool (OMSAT-3*). *The Sport Psychologist*, *15*(1), 1-19. doi:10.1123/tsp.15.1.1

Durand-Bush, N., Salmela, J. H. et Thompson, K. A. (2004). Le rôle joué par les parents dans le développement et le maintien de la performance athlétique experte. *Staps*, *64*, 15-38.

Durrive, L. (2010). L'activité humaine, à la fois intellectuelle et vitale. *Travail et apprentissages*, *6*, 25-45.

Ellis, C. (1998). What counts as scholarship in communication? An autoethnographic response. *American Communication Journal*, *1*(2), 1-5.

Elkonin, D. B. (1978). *Psychologija igry (the psychology of play)*. Moscow : Pedagogika.

Ely, M., Anzul, M., Friedman, T., Garner, D. et McCormack-Steinmetz, A. (1991). *Doing qualitative research: circles within circles*. London ; New York : Falmer Press.

Engebretsen, L., Steffen, K., Alonso, J. M., Aubry, M., Dvorak, J., Junge, A., ... Wilkinson, M. (2010). Sports injuries and illnesses during the Winter Olympic Games 2010. *British Journal of Sports Medicine*, *44*(11), 772-780. doi:10.1136/bjsm.2010.076992

Engeström, Y. (2011). Théorie de l'Activité et Management. *Management & Avenir*, *42*(2), 170. doi:10.3917/mav.042.0170

Erickson, K. et Côté, J. (2016). An Exploratory Examination of Interpersonal Interactions between Peers in Informal Sport Play Contexts. *PLOS ONE*, *11*(5), e0154275. doi:10.1371/journal.pone.0154275

Ericsson, A. K. (1996). *The road to excellence: The acquisition of expert performance in the arts and sciences, sports, and games*. Mahweh, NJ : Erlbaum.

Ericsson, A. K. (1997). Deliberate practice and the acquisition of expert performance: an overview. Dans H. Jørgensen et A. Lehmann (dir.), *Does practice make perfect? Current theory and research on instrumental music practice* (p. 9-51). Oslo, Norway : Norges musikkhosgskole.

Ericsson, A. K. (1998). The Scientific Study of Expert Levels of Performance: general implications for optimal learning and creativity. *High Ability Studies*, *9*(1), 75-100. doi:10.1080/1359813980090106

Ericsson, A. K. (2006). The Influence of Experience and Deliberate Practice on the Development of Superior Expert Performance. Dans *The Cambridge Handbook of Expertise and Expert Performance* (p. 685-706).

Ericsson, A. K. (2009). Enhancing the Development of Professional Performance: Implications from the Study of Deliberate Practice. Dans A. K. Ericsson (dir.), *Development of Professional Expertise: Toward measurement of expert performance and design of optimal learning environments* (p. 405-431). New York : Cambridge University Press.

Ericsson, A. K. et Charness, N. (1994). Expert Performance : Its Structure and Acquisition. *The American Psychologist*, *49*(8), 725-747.

Ericsson, A. K., Krampe, R. T. et Tesch-Römer, C. (1993). The Role of Deliberate Practice in the Acquisition of Expert Performance. *Psychological Review*, *100*(3), 363-406.

Ericsson, A. K., Prietula, M. J. et Cokely, E. T. (2007). The Making of an Expert. *Havard Business Review*, *July-August*.

Ericsson, A. K. et Simon, H. A. (1993). *Protocol analysis: verbal reports as data* (Rev. ed). Cambridge, Mass : MIT Press.

Ericsson, A. K., Whyte IV, J. et Ward, P. (2007). Expert Performance in Nursing: Reviewing Research on Expertise in Nursing Within the Framework of the Expert-Performance Approach. *Advances in Nursing Science*, *30*(1), E58–E71.

Ericsson, A. K. et Williams, A. M. (2007). Capturing Naturally Occurring Superior Performance in the Laboratory: Translational Research on Expert Performance. *Journal of Experimental Psychology: Applied*, *13*(3), 115-123. doi:10.1037/1076-898X.13.3.115

Ewing, M. E., Hedstrom, R. A. et Wiesner, A. (2004). Perception de l'engagement des parents dans la pratique du tennis de leur enfant. *Staps*, *64*, 53-70.

Fabre, M. (2006). Qu'est-ce que problématiser ? L'apport de John Dewey. Dans M. Fabre et E. Vellas (dir.), *Situations de formation et problématisation* (p. 17-30). Bruxelles : De Boeck Université.

Fache, H., Récopé, M. et Biache, M.-J. (2010). Une éthologie phénoménologique de l'expérience de volleyeurs en situation. *Travail et apprentissages*, (6), 56-76.

Faingold, N. (1998). De l'explicitation des pratiques à la problématique de l'identité professionnelle: décrypter les messages structurants. *Expliciter*, (26), 17-20.

Faingold, N. (2001). De moment en moment, le décryptage du sens. *Expliciter*, (42), 40-47.

Faingold, N. (2005). Explicitation, décryptage du sens, enjeux identitaires. *Expliciter*, (58), 1-15.

Faingold, N. (2011). L'entretien de décryptage : le moment et le geste comme voies d'accès au sens. *Expliciter*, (92), 24-47.

Faingold, N. (2016). De l'explicitation des pratiques professionnelles au décryptage du sens. *Présences : Revue transdisciplinaire d'étude des pratiques psychosociales UQAR*, *9*, 1-15.

Falaix, L. et Récopé, M. (sous presse). La « sensibilité à… » et « l'intime » dans les interactions asymétriques : une approche par les concepts d'énacter et d'habiter. *Revue Transverse*.

Famose, J.-P. (1993). *Cognition et Performance*. Paris : INSEP.

Farrow, D. et Abernethy, B. (2002). Can anticipatory skills be learned through implicit video based perceptual training? *Journal of Sports Sciences*, *20*(6), 471-485. doi:10.1080/02640410252925143

Fitts, P. M. et Posner, M. I. (1967). *Human Performance*. Belmont, CA : Brooks Cole.

Flørenes, T. W., Heir, S., Nordsletten, L. et Bahr, R. (2010). Injuries among World Cup freestyle skiers. *British Journal of Sports Medicine*, *44*, 803-808. doi:10.1136/bjsm.2009.071159

Ford, P. R., Carling, C., Garces, M., Marques, M., Miguel, C., Farrant, A., … Williams, M. (2012). The developmental activities of elite soccer players aged under-16 years from Brazil, England, France, Ghana, Mexico, Portugal and Sweden. *Journal of Sports Sciences*, *30*(15), 1653-1663. doi:10.1080/02640414.2012.701762

Ford, P. R., Ward, P., Hodges, N. J. et Williams, A. M. (2009). The role of deliberate practice and play in career progression in sport: the early engagement hypothesis. *High Ability Studies*, *20*(1), 65-75. doi:10.1080/13598130902860721

Frega, R. (2010). From Judgment to Rationality: Dewey's Epistemology of Practice. *Transactions of the Charles S. Peirce Society*, *46*(4), 591-610. doi:10.2979/trancharpeirsoc.2010.46.4.591

Frere, J. (2003). Le volontaire selon Aristote. *Intellectica*, *36*(37), 261–274.

Gagné, F. (2000). Understanding the complete choreography of talent development through DMGT-based analysis. Dans K. A. Heller (dir.), *International*

handbook of giftedness and talent (vol. 1-2nd, p. 67-79). Oxford, UK : Elsevier Science Ltd.

Garrison, J. (1999). John Dewey's theory of practical reasoning. *Educational Philosophy and Theory*, *31*(3), 291–312.

Giel, D. (1988). Freestyle Skiing: From « Hotdogging » to Olympic Demonstration Event. *The Physician and Sports Medicine*, *16*(2), 189-196. doi:10.1080/00913847.1988.11709441

Gladwell, M. (2008). *Outliers: the story of success* (1. ed). New York, NY : Back Bay Books.

Goodman, D. (1992). Public Sphere and Private Life: Toward a Synthesis of Current Historiographical Approachesto the Old Regime. *History and theory*, *31*(1), 1-20.

Gosselin, M. (2015). Quatre leçons sportives à appliquer au travail. Récupéré de http://www.pressreader.com/canada/les-affaires/20150124/282346858208753.

Gotesky, R. (1963). Means, Ends-in-view, Anticipations and Outcomes. *Educational Theory*, *13*(2), 84-94. doi:10.1111/j.1741-5446.1963.tb00113.x

Gould, D., Horn, T. et Spreemann, J. (1983). Sources of Stress in Junior Elite Wrestlers. *Journal of Sport Psychology*, *5*(2), 159-171. doi:10.1123/jsp.5.2.159

Gould, D., Jackson, S. et Finch, L. (1993). Sources of Stress in National Champion Figure Skaters. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *15*(2), 134-159. doi:10.1123/jsep.15.2.134

Gould, D. et Maynard, I. (2009). Psychological preparation for the Olympic Games. *Journal of Sports Sciences*, *27*(13), 1393-1408. doi:10.1080/02640410903081845

Goyen, M. J. et Anshel, M. H. (1998). Sources of acute competitive stress and use of coping strategies as a function of age and gender. *Journal of Applied Developmental Psychology*, *19*(3), 469-486. doi:10.1016/S0193-3973(99)80051-3

Grimes, D. A. et Schulz, K. F. (2002). Descriptive studies: what they can and cannot do. *The Lancet*, *359*(9301), 145–149.

Hakkarainen, P. (1999). Play and motivation. Dans Y. Engeström, R. Miettinen et R.-L. Punamäki-Gitai (dir.), *Perspectives on Activity Theory* (p. 231-249). Cambridge University Press.

Hakkarainen, P. (2005). Editor's Introduction. *Journal of Russian and East European Psychology*, *43*(1), 3-10.

Halliwell, W. R., Zaichkowsky, L. et Botterill, C. (2006). Sport Psychological Consulting in Ice Hockey. Dans J. Dosil (dir.), *The sport psychologist's handbook: a guide for sport-specific performance enhancement* (p. 403-425). Chichester, West Sussex, England ; Hoboken, NJ : John Wiley.

Hars, M. et Calmels, C. (2007). Observation of elite gymnastic performance: Processes and perceived functions of observation. *Psychology of Sport and Exercise*, *8*, 337-354. doi:10.1016/j.psychsport.2006.06.004

Harwood, C. G. et Knight, C. J. (2015). Parenting in youth sport: A position paper on parenting expertise. *Psychology of Sport and Exercise*, *16*, 24-35. doi:10.1016/j.psychsport.2014.03.001

Hasan, H. et Kazlauskas, A. (2014). Activity theory: Who is doing what, why and how. Dans H. Hasan (dir.), *Being Practical with Theory: A Window into Business Research* (p. 9-14). Wollongong, Australia : THEORI.

Hassmén, P., Keegan, R. et Piggott, D. (2016). Research and Practice in Applied Sport and Exercise Psychology. Dans *Rethinking Sport and Exercise Psychology Research* (p. 195-220). London : Palgrave Macmillan UK. doi:10.1057/978-1-137-48338-6_8

Hauw, D., Renault, G. et Durand, M. (2008). How do aerial freestyler skiers land on their feet? A situated analysis of athletes' activity related to new forms of acrobatic performance. *Journal of Science and Medicine in Sport*, *11*, 481-486. doi:10.1016/j.jsams.2007.06.005

Hayman, R., Polman, R., Taylor, J., Hemmings, B. et Borkoles, E. (2011). Development of elite adolescent golfers. *Talent Development & Excellence*, *3*(2), 249–261.

Heir, S., Krosshaug, T. et Ekeland, A. (2003). The prevalence of previous serious knee injuries in freestyle world championship skiers. *ASTM Special Technical Publication*, *1440*, 149-157.

Hellstedt, J. C. (1990). Early adolescent perceptions of parental pressure in the sport environment. *Journal of Sport Behavior*, *13*, 135-144.

Helsen, W. F., Starkes, J. L. et Hodges, N. J. (1998). Team Sports and the Theory of Deliberate Practice. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, *20*, 12-34.

Hodge, T. et Deakin, J. M. (1998). Deliberate Practice and Expertise in the Martial Arts: The Role of Context in Motor Recall. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, *20*, 260-279.

Hodges, N. J., Kerr, T., Starkes, J. L., Weir, P. L. et Nananidou, A. (2004). Predicting Performance Times From Deliberate Practice Hours for Triathletes and Swimmers: What, When, and Where Is Practice Important? *Journal of Experimental Psychology: Applied*, *10*(4), 219-237. doi:10.1037/1076-898X.10.4.219

Hopwood, M. J., Farrow, D., MacMahon, C. et Baker, J. (2015). Sibling dynamics and sport expertise: Sibling dynamics and sport expertise. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, *25*(5), 724-733. doi:10.1111/sms.12387

Johnson, M. B., Tenenbaum, G. et Edmonds, W. A. (2006). Adaptation to physically and emotionally demanding conditions: the role of deliberate practice. *High Ability Studies*, *17*(1), 117-136. doi:10.1080/13598130600947184

Johnson, M. B., Tenenbaum, G., Edmonds, W. A. et Castillo, Y. (2008). A comparison of the developmental experiences of elite and sub-elite swimmers: similar developmental histories can lead to differences in performance level.

Sport, Education and Society, *13*(4), 453-475. doi:10.1080/13573320802445108

Kalinowski, A. G. (1985). The Development of Olympic Swimmers. Dans B. S. Bloom (dir.), *Developing talent in young people* (1st ed, p. 139-192). New York : Ballantine Books.

Kosslyn, S. M., Seger, C., Pani, J. R. et Hillger, L. A. (1990). When is imagery used in everyday life? A diary study. *Journal of Mental Imagery*, *14*(3-4), 131-152.

Krampe, R. T. et Ericsson, A. K. (1996). Maintaining Excellence: Deliberate Practice and Elite Performance in Young and Older Pianists. *Journal of Experimental Psychology: General*, *125*(4), 331-359.

Krane, V. et Baird, S. M. (2005). Using Ethnography in Applied Sport Psychology. *Journal of Applied Sport Psychology*, *17*(2), 87-107. doi:10.1080/10413200590932371

Krasnor, L. R. et Pepler, D. J. (1980). The study of children's play: Some suggested future directions. *New Directions for Child and Adolescent Development*, *1980*(9), 85–95.

Kurpiers, N., McAlpine, P. R. et Kersting, U. G. (2009). Perspectives for Comprehensive Biomechanical Analyses in Mogul Skiing. *Research in Sports Medicine*, *17*(4), 231-244. doi:10.1080/15438620903321037

Lalande, A. (1991). *Vocabulaire technique et critique de la philosophie*. Paris, France : PUF.

Lambert, V. A. et Lambert, C. E. (2012). Qualitative descriptive research: An acceptable design. *Pacific Rim International Journal of Nursing Research*, *16*(4), 255–256.

Launder, A. G. (2001). *Play practice: The games approach to teaching and coaching sports*. Champaign, IL : Human Kinetics.

Laurin-Landry, D. (2015). M'inscrire à un cours de psychologie du sport à l'UQÀM. Récupéré de https://journalpsychouqam.wordpress.com/2015/12/17/minscrire-a-un-cours-de-psychologie-du-sport-a-luqam/

Laurin-Landry, D., Merri, M. et Récopé, M. (2013, 5 octobre). *Developing self-efficacy through Simulation and Observation deliberate practice: case-study of a mogul skier*. Communication présentée au 28th annual conference of the Association for Applied Sport Psychology, Nouvelle-Orléans, États-Unis.

Laurin-Landry, D., Michaud, C., Merri, M., Récopé, M. et Laurin-Landry. (2013). Becoming a World-Champion Through Deliberate Practice: Case-Study of an Aesthetic Mogul Skier. Communication présentée au European Federation of Sport Psychology, Paris, France.

Laurin-Landry, D., Récopé, M. et Merri, M. (2013, Juin). *Watching video's as deliberate practice among mogul skiers*. Communication présentée au 18th annual congress of the European College of Sport Science, Barcelone, Espagne.

Law, M. P., Côté, J. et Ericsson, K. A. (2007). Characteristics of expert development in rhythmic gymnastics: A retrospective study. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, *5*(1), 82-103. doi:10.1080/1612197X.2008.9671814

Le Blanc, G. (1998). *Canguilhem et les normes.* Paris : PUF.

Le Blanc, G. (2002). *La vie humaine: anthropologie et biologie chez Georges Canguilhem* (1. éd). Paris : Presses universitaires de France.

Legg, D. (2014). Sport Policies Leading to International Sporting Success (SPLISS). *Sport for Life*. Récupéré de http://canadiansportforlife.ca/blog/sport-policies-leading-international-sporting-success-spliss-dr-david-legg

Leont'ev, A. N. (1981). *Problemy razvitiya psikhiki (Problems of the development of the mind)*. Moscow : IMGU.

Leplat, J. (1985). Les représentations fonctionnelles dans le travail. *Psychologie Française*, *30*, 269-275.

Les Associés de Recherche Ekos Inc. (2010). *La situation de l'athlète de haut niveau en 2009 : Rapport final*. Patrimoine Canadien.

Louis, M. R. (1991). Reflections on an interpretive way of life. In P. J. Frost, L. F. Moore, M. R. Louis, C. C. Lundberg, & J. Martin (Eds.), *Reframing organizational culture* (pp. 361-365). London: Sage.

Light, R. (2006). Situated learning in an Australian surf club. *Sport, Education and Society*, *11*(2), 155-172. doi:10.1080/13573320600640686

Macherey, P. (1998). Normes vitales et normes sociales », dans Canguilhem G., Bing F., Braustein J.-F. et Roudinesco E. (éds.), *Actualité de Georges Canguilhem*, (p. 71-84). Paris : Synthélabo.

Macherey, P. (2001). La philosophie des valeurs négatives de la vie de Georges Canguilhem. Récupéré de http://stl.recherche.univ-lille3.fr/seminaires/philosophie/macherey/Macherey20002001/Canguilhem.html

MacKenzie, M. (2016). Dewey, Enactivism, and the Qualitative Dimension. *Humana Mente-Journal of Philosophical Studies*, (31), 21–36.

MacMahon, C., Helsen, W. F., Starkes, J. L. et Weston, M. (2007). Decision-making skills and deliberate practice in elite association football referees. *Journal of Sports Sciences*, *25*(1), 65-78. doi:10.1080/02640410600718640

MacPhail, A. et Kirk, D. (2006). Young People's Socialisation into Sport: Experiencing the Specialising Phase. *Leisure Studies*, *25*(1), 57-74.

Marchive, A. (2012). Introduction. Les pratiques de l'enquête ethnographique. *Les Sciences de l'éducation - Pour l'Ère nouvelle*, *45*(4), 7. doi:10.3917/lsdle.454.0007

Marois, M. (2016). Personnalités de la semaine : les sœurs Dufour-Lapointe. Récupéré de http://plus.lapresse.ca/screens/bbac9a49-192f-4ea8-9ecd-73873f2732a8|_0.html

Marois, M. (2017). Les canadiens exclus du podium à Lake Placid. Récupéré de http://www.lapresse.ca/sports/ski-et-surf/ski-acrobatique/201701/14/01-5059499-les-canadiens-exclus-du-podium-a-lake-placid.php.

Martin, K. A., Moritz, S. E. et Hall, C. R. (1999). Imagery Use in Sport: A Literature Review and Applied Model. *The Sport Psychologist*, *13*(3), 245-268. doi:10.1123/tsp.13.3.245

Maryam, C., Yaghoob, M., Darush, N. et Mojtaba, I. (2009). The comparison of effect of video-modeling and verbal instruction on the performance in throwing the discus and hammer. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, *1*, 2782-2785. doi:10.1016/j.sbspro.2009.01.493

Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological review*, *50*(4), 370.

Maxwell, J. A. (2005). *Qualitative research design: an interactive approach* (2nd ed). Thousand Oaks, CA : Sage Publications.

Maxwell, J. P., Masters, R. S. W. et Eves, F. F. (2000). From novice to no know-how: A longitudinal study of implicit motor learning. *Journal of Sports Sciences*, *18*(2), 111-120. doi:10.1080/026404100365180

Mayhew, K. C. et Edwards, A. C. (2007). *The Dewey school: the laboratory school of the University of Chicago, 1896-1903*. New Brunswick, NJ : Transaction Publishers.

Mecharm, M. D., Greenwald, R. M., Macintyre, J. G. et Johnson, S. C. (1999). Incidence and severity of head impact during freestyle aerial ski jumping. *Journal Of Applied Biomechanics*, *15*(1), 27-35.

Memmert, D., Baker, J. et Bertsch, C. (2010). Play and practice in the development of sport-specific creativity in team ball sports. *High Ability Studies*, *21*(1), 3-18. doi:10.1080/13598139.2010.488083

Merleau-Ponty, M. (1945). *Phénoménologie de la perception*. Paris : Gallimard.

Michaud, C. (2013). *Étayage parental au cours des pratiques délibérées d'un skieur de bosses élite* (Thèse de spécialisation inédite). Université du Québec à Montréal, Montréal, Canada.

Miksza, P. (2011). Relationships among achievement goal motivation, impulsivity, and the music practice of collegiate brass and woodwind players. *Psychology of Music*, *39*(1), 50-67. doi:10.1177/0305735610361996

Miles, M. B. et Huberman, M. (2003). *Analyse des données qualitatives* (2e éd.). Paris, France : De Boeck Supérieur.

Monsaas, J. A. (1985). Learning to Be a World-Class Tennis Player. Dans B. S. Bloom (dir.), *Developing talent in young people* (1st ed). New York : Ballantine Books.

Monteils-Laeng, L. (2013). Aristote et l'invention du désir. *Archives de Philosophie*, *3*(76), 441-457.

Nordin, S. M., Cumming, J., Vincent, J. et McGrory, S. (2006). Mental Practice or Spontaneous Play? Examining Which Types of Imagery Constitute Deliberate Practice in Sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, *18*(4), 345-362. doi:10.1080/10413200600944124

O'Halloran, L., Littlewood, M., Richardson, D., Tod, D. et Nesti, M. (2018). Doing descriptive phenomenological data collection in sport psychology research. *Sport in Society*, *21*(2), 302-313. doi:10.1080/17430437.2016.1159199

Olivier de Sardan, J.-P. (1995). La politique du terrain: Sur la production des données en anthropologie. *Enquête*, (1), 71-109. doi:10.4000/enquete.263

Ollis, S., Macpherson, A. et Collins, D. (2006). Expertise and talent development in rugby refereeing: An ethnographic enquiry. *Journal of Sports Sciences*, *24*(3), 309-322. doi:10.1080/17461390500188710

O'Neill, M. et Sargeant, H. (dir.). (2006). *Harrap's Chambers mini english dictionary*. Edinburgh : Chambers.

Paillé, P. et Mucchielli, A. (2006). *L'analyse qualitative en sciences humaines et sociales*. Paris : Armand Colin.

Paivio, A. (1985). Cognitive and motivational functions of imagery in human performance. *Canadian Journal of Applied Sport Sciences*, (10), 22S-28S.

Parti Québébois (2014). Jeux olympiques d'hiver de Sotchi - Un départ en lion pour les athlètes québécois. Récupéré de http://pq.org/nouvelles/jeux-olympiques-dhiver-de-sotchi-un-depart-en-lion/.

Pedersen, S. J. (2012). Deliberate laterality practice facilitates sensory-motor processing in developing children. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 1-13. doi:10.1080/17408989.2012.726983

Pellegrini, A. D. et Smith, P. K. (1998). Physical activity play: The nature and function of a neglected aspect of play. *Child development*, *69*(3), 577–598.

Pepin, M. (2016). Le développement de compétences à l'école primaire au regard de la théorie de l'enquête de Dewey. *Éducation et francophonie*, *44*(2), 19-39.

Phillips, E. J. (2011). A multidisciplinary examination of fast bowling talent development in cricket. Thèse. Queensland University of Technology.

Piaget, J. (1945). *La formation du symbole chez l'enfant: imitation, jeu et rêve, image et représentation* (8. éd). Paris : Delachaux et Niestlé.

Pimbé, D. (1997). *Nietzsche*. Edition numérique: Pierre Hidalgo.

Pisano, G. P., Bohmer, R. M. J. et Edmondson, A. C. (2001). Organizational differences in rates of learning: Evidence from the adoption of minimally invasive cardiac surgery. *Management Science*, *47*(6), 752-768.

Plant, E. A., Ericsson, K. A., Hill, L. et Asberg, K. (2005). Why study time does not predict grade point average across college students: Implications of deliberate practice for academic performance. *Contemporary Educational Psychology*, *30*(1), 96-116. doi:10.1016/j.cedpsych.2004.06.001

Poulton, E. (1957). On prediction in skilled movement. *Psychological Bulletin*, *54*(6), 467-478. doi:10.1037/h0045515

Queyrat, F. (1919). *L'éducation et son rôle dans l'éducation; étude de psychologie appliquée*. Paris, France : Librairie Félix Alcan.

Ralston, S. J. (2010). Dewey and Goodin on the value of monological deliberation. *Etica & Politica / Ethics & Politics*, *XII*(1), 235–255.

Raynal, F. et Rieunier, A. (1997). *Pédagogie: dictionnaire des concepts clés: apprentissages, formation, psychologie cognitive*. Paris : ESF.

Récopé, M. (2006). *Normativité et sensibilité : une perspective généalogique d'étude du mouvement et de l'action. Motricité et schèmes des volleyeurs mobilisés en défense*. Psychologie. Université Blaise-Pascal – Clermont Ferrand II. Récupéré de https://tel.archives-ouvertes.fr/tel-00711784

Récopé, M. (2015). Sensibilité. Dans B. Andrieu (dir.), *Vocabulaire international de philosophie du sport* (Les nouvelles recherches, vol. 2, p. 145-156). Paris : L'Harmattan.

Récopé, M. et Barbier, J.-M. (2015). Les méandres de la sensibilité. Dans G. Carlier (dir.), *L'apprentissage en situation de travail: itinéraires du développement professionnel des enseignants d'éducation physique* (p. 17-46). Louvain-la-Neuve (BE) : UCL, Presses universitaires de Louvain.

Récopé, M., Fache, H. et Fiard, J. (2011). Sensibilité, conceptualisation et totalité [activité expérience-corps-monde]. *Travail et apprentissage*, *7*, 11-32.

Récopé, M., Rix-Lievre, G., Fache, H. et Boyer, S. (2013). La sensibilité à, organisatrice de l'expérience vécue. *Expérience, activité, apprentissage*, 111–133.

Récopé, M., Rix-Lièvre, G., Kellin, M. et Boyer, S. (2014). Une appropriation singulière par les STAPS des hypothèses de l'énaction. Dans M. Quidu (dir.), *Innovations théoriques en STAPS et implications pratiques. Les sciences du sport en mouvement* (p. 94-115). Paris, France : L'Harmattan.

Rézeau, J. (2002). Médiation, médiatisation et instruments d'enseignement : du triangle au « carré pédagogique ». *ASp*, (35-36), 183-200. doi:10.4000/asp.1656

Ribot, T. (1926). *La logique des sentiments* (5e éd.). Paris, France : Félix Alcan.

Ricard, M. (2014). *Plaidoyer pour les animaux*. Paris : Allary éd.

Ricœur, P. (1990). *Soi-même comme un autre*. Paris : Seuil.

Robertson, D. W. (1946). A Note on the Classical Origin of » Circumstances » in the Medieval Confessional. *Studies in Philology*, *43*(1), 6–14.

Rolland, C. (2011). *La connaissance des entraîneurs experts en gymnastique artistique : entre perception de formes et intelligibilité pratique* (Thèse de doctorat non publiée spécialité STAPS). Clermont-Ferrand II, Université Blaise Pascal, Clermont-Ferrand, France.

Ross, W. D. (1995). *Aristotle*. London; New York : Routledge.

Ruiz-Mirazo, K. et Moreno, A. (2000). Searching for the roots of autonomy: The natural and artificial paradigms revisited. *Communication and Cognition-Artificial Intelligence*, *17*(3-4), 209-228.

Ryan, R. M. et Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, *55*(1), 68-78. doi:10.1037/0003-066X.55.1.68

Saint-Germier, P. et Truc, G. (2005). John Dewey, « » La réalité comme expérience » ». *Tracés. Revue des sciences humaines*, (9), 83-91. doi:10.4000/traces.204

Sanchez, X. et Dauby, N. (2009). Imagerie mentale et observation vide'o en escalade sportive. *Canadian Journal of Behavioural Science*, *41*(2), 93-101. doi:10.1037/a0014290

Scanlan, T. K., Stein, G. L. et Ravizza, K. (1991). An In-depth Study of Former Elite Figure Skaters: III. Sources of Stress. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *13*(2), 103-120. doi:10.1123/jsep.13.2.103

Schneuwly, B. et Bronckart, J.-P. (1985). *Vygotsky aujourd'hui*. Neuchâtel, Suisse : Delachaux et Niestlé.

Schwartz, Y. (2011). Pourquoi le concept de corps-soi ? *Travail et apprentissage*, *7*, 148-182.

Schwartz, Y. et Durrive, L. (dir.). (2009). *L'activité en dialogues: suivi de, Manifeste pour un ergo-engagement*. Toulouse : Octarès.

Serre, J. C. (1984). La danse parmi les autres formes de la motricité. *La Recherche en Danse*, *3*, 135-156.

Shepherd, J. (2015). Deciding as Intentional Action: Control over Decisions. *Australasian Journal of Philosophy*, *93*(2), 335-351. doi:10.1080/00048402.2014.971035

Simon, H. A. et Chase, W. G. (1973). Skill in chess. *American Scientist*, *61*, 394-403.

Ski, A. C. F. (2010). Discipline du ski acrobatique. Repéré 15 décembre 2010, à http://freestyleski.com/page.php?la=fr&pa=about&id=disciplines

Sloane, K. D. (1985). Home Influences on Talent Development. Dans B. S. Bloom (dir.), *Developing talent in young people* (1st ed, p. 439-476). New York : Ballantine Books.

Smith, B. et McGannon, K. R. (2017). Developing rigor in qualitative research: problems and opportunities within sport and exercise psychology. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1-21. doi:10.1080/1750984X.2017.1317357

Smith, P. K. (2010). *Children and play*. Malden, MA : Wiley-Blackwell.

Smith, P. K. et Vollstedt, R. (1985). On Defining Play: An Empirical Study of the Relationship between Play and Various Play Criteria. *Child Development*, *56*(4), 1042. doi:10.2307/1130114

Soberlak, P. et Côté, J. (2003). The Developmental Activities of Elite Ice Hockey Players. *Journal of Applied Sport Psychology*, *15*(1), 41-49. doi:10.1080/10413200305401

Sosniak, L. A. (1985a). A Long-Term Commitment to Learning. Dans B. S. Bloom (dir.), *Developing talent in young people* (1st ed, p. 477-506). New York : Ballantine Books.

Sosniak, L. A. (1985b). Phases of Learning. Dans B. S. Bloom (dir.), *Developing talent in young people* (1st ed, p. 409-438). New York : Ballantine Books.

Soydan, H. (2002). Formulating research problems in practitioner-researcher partnerships. *Social Work Education*, *21*(3), 297-304. doi:10.1080/02615470220136876

Starkes, J. L. et Ericsson, K. A. (dir.). (2003). *Expert performance in sports: advances in research on sport expertise*. Champaign, IL : Human Kinetics.

Ste-Marie, D. M., Law, B., Rymal, A. M., Jenny, O., Hall, C. et McCullagh, P. (2012). Observation interventions for motor skill learning and performance: an applied model for the use of observation. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, *5*(2), 145-176. doi:10.1080/1750984X.2012.665076

Stetsenko, A. (2008). From relational ontology to transformative activist stance on development and learning: expanding Vygotsky's (CHAT) project. *Cultural Studies of Science Education*, *3*(2), 471-491. doi:10.1007/s11422-008-9111-3

Talon, C. (1999). La dimension affective du sentir dans l'expérience esthétique. *Philosophique*, (2), 15–28. doi:10.4000/philosophique.238

Tchórzewski, D., Gargula, L., Bujas, P. et Jaworski, J. (2011). Development of Spatial and Temporal Orientation Abilities in Winter Sport Competitors. *Antropomotoryka Journal of Kinesiology and Exercise Sciences*, *21*(55), 65-72.

Tenenbaum, G., Sar-El, T. et Bar-Eli, M. (2000). Anticipation of ball location in low and high-skill performers: a developmental perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, *1*, 117-128.

Thievenaz, J., Albero, B. et Mayen, P. (2017). *De l'étonnement à l'apprentissage: enquêter pour mieux comprendre*. Louvain-La-Neuve : De Boeck supérieur.

Thomas, D. R. (2006). A General Inductive Approach for Analyzing Qualitative Evaluation Data. *American Journal of Evaluation*, *27*(2), 237-246. doi:10.1177/1098214005283748

Trudel, L., Simard, C. et Vonarx, N. (2006). La recherche qualitative est-elle nécessairement exploratoire? *Recherches qualitatives*, 38–45.

Tucker, C. J. et Updegraff, K. (2009). The Relative Contributions of Parents and Siblings to Child and Adolescent Development. Dans *Siblings as agents of socialization. New Directions for Child and Adolescent Development* (p. 13- 28). San Francisco : Jossey-Bass.

Tudge, J. R., Mokrova, I., Hatfield, B. E. et Karnik, R. B. (2009). Uses and misuses of Bronfenbrenner's bioecological theory of human development. *Journal of Family Theory & Review*, *1*(4), 198–210.

Van der Maren, J.-M. (2011). Écrire en recherche qualitative et le conflit des paradigmes. *Recherches Qualitatives—Hors Série*, *3*, 4–23.

Varela, F. J. (1989). *Autonomie et connaissance: essai sur le vivant*. Paris : Seuil.

Varela, F. J. (2010). *El fenómeno de la vida*. Santiago, Chile : J.C. SAEZ editor.

Varela, F. J. et Depraz, N. (2004). At the source of time: Valence and the constitutional dynamics of affect. Dans S. Gallagher, S. Watson, P. Brun et P. Romanski (dir.), *Ipseity and Alterity* (p. 153-174). Rouen : Presses universitaires de Rouen.

Varela, F. J., Thomson, E. et Rosch, E. (1993). *L'inscription corporelle de l'esprit*. Paris : Editions du Seuil.

Vaughan, L. (2017). Designer/Practitioner/Researcher. Dans L. Vaughan (dir.), *Practice based design research* (p. 9-17). London New York : Bloomsbury Academic.

Vermersch, P. (1991). L'entretien d'explicitation : Formation expérientielle et formation organisé. Dans *La formation expérientielle des adultes* (p. 271-284). Paris : La documentation Française.

Vermersch, P. (1994). *L'entretien d'explicitation : en formation initiale et en formation continue*. Paris : ESF Éditeur.

Vermersch, P. (2000). Approche du singulier. Dans J.-M. Barbier (dir.), *L'analyse de la singularité de l'action* (p. 239-256). Paris : Presses Universitaires de France.

Vermersch, P. (2001). Psycho-phénoménologie de la réduction. *Expliciter*, (42), 1-19.

Vermersch, P. (2015). L'entretien d'explicitation et la mémoire : Cohérence entre théorie et pratique de l'évocation du vécu. *Expliciter*, (107), 37- 51.

Vierimaa, M., Erickson, K., Côté, J. et Gilbert, W. (2012). Positive youth development: A measurement framework for sport. *International journal of sports science & coaching*, *7*(3), 601–614.

Vygotsky, L. S. (1933). Play and its role in the Mental Development of the Child. *Psychology and Marxism Internet Archive*, 6, récupéré de https://www.marxists.org/archive/vygotsky/works/1933/play.htm

Vygotsky, L. S. (1978). Interaction between learning and development. Dans *Mind and Society* (p. 79-91). Cambridge, Ma: Harvard University Press.

Vygotsky, L. S. (1985). *Pensée et langage* (traduit par F. Sève). Paris : Messidor, Éd. Sociales.

Vygotsky, L. S. (2004). Imagination and Creativity in Childhood. *Journal of Russian and East European Psychology*, *42*(1), 7-97.

Wallechinsky, D. et Loucky, J. (2009). *The complete book of the winter Olympics – The Vancouer edition winter 2010. Vancouver*. Vancouver : Greystone Books.

Wallon, H. (1959). Les milieux, les groupes et la psychogenèse de l'enfant. *Enfance*, *12*(3), 287-296. doi:10.3406/enfan.1959.1444

Weber, A. et Varela, F. J. (2002). Life after Kant: Natural purposes and the autopoietic foundations of biological individuality. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, *1*(2), 97-125.

Weissensteiner, J., Abernethy, B. et Farrow, D. (2009). Towards the Development of a Conceptual Model of Expertise in Cricket Batting: A Grounded Theory Approach. *Journal of Applied Sport Psychology*, *21*(3), 276-292. doi:10.1080/10413200903018675

Wenger, E. (1998). Communities of practice: Learning as a social system. *Systems thinker*, *9*(5), 2–3.

Westbrook, R. B. (1999). John Dewey. *Perspectives : revue trimestrielle d'éducation comparée*, *XXIII*(1-2), 289–305.

Wheeler, S. (2011). The significance of family culture for sports participation. *International Review for the Sociology of Sport*, *47*(2), 235-252. doi:10.1177/1012690211403196

Whitson, D. J. (1976). Method in Sport Sociology: The Potential of a Phenomenological Contribution. *International Review for the Sociology of Sport*, *11*(4), 53-68. doi:10.1177/101269027601100405

Whittemore, R. C. (dir.). (1973). *Dewey and his Influence*. Dordrecht : Springer Netherlands. Repéré à http://link.springer.com/10.1007/978-94-010-2467-9

Whyte, G., Stephens, N., Sharma, S., Shave, R., Budgett, R. et McKenna, W. J. (2004). Spontaneous atrial fibrillation in a freestyle skier. *British Journal of Sports Medicine*, *38*(2), 230-232.

Williams, G. R., Farmer, L. C. et Manwaring, M. (2008). New Technology Meets an Old Teaching Challenge: Using Digital Video Recordings, Annotation Software, and Deliberate Practice Techniques to Improve Student Negotiation Skills. *Negotiation Journal*, *24*(1), 71-87. doi:10.1111/j.1571-9979.2007.00167.x

Witte, A. L., Kiewra, K. A., Kasson, S. C. et Perry, K. R. (2015). Parenting Talent: A Qualitative Investigation of the Roles Parents Play in Talent Development. *Roeper Review*, *37*(2), 84-96. doi:10.1080/02783193.2015.1008091

Wood, D., Bruner, J. S. et Ross, G. (1976). The role of tutoring in problem solving. *Journal of child psychology and psychiatry*, *17*(2), 89-100.

Wuerth, S., Lee, M. J. et Alfermann, D. (2004). Parental involvement and athletes' career in youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, *2004*(5), 21-33.

Yin, R. K. (2014). *Case study research: design and methods* (Fifth edition). Los Angeles : SAGE.

Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social-cognitive perspective. Dans M. Boekaerts, P. R. Pintrich et M. Zeider (dir.), *Handbook of self-regulation* (p. 13-39). San Diego, Calif : Academic Press.