Zeitschrift: Jeunesse forte, peuple libre : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

Herausgeber: École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

Band: 19 (1962)

Heft: [9]

Artikel: Examen à option de course d'orientation à pied

Autor: Michod, J.-P.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-996220

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 11.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Examen à option de course d'orientation à pied

J.-P. Michod, Macolin

Exigences

Distance : 4—10 km.
Nombre de postes : 4—12.
Montée maximum : 150—250 m.
Montée maximum entre 2 postes : 50—100 m.

Lors de l'établissement du parcours, on tiendra compte de l'âge, de l'état d'entraînement, des connaissances techniques et topographiques des participants, ainsi que de leur expérience en matière de course d'orientation. Les conditions minimums sont applicables aux plus jeunes.
L'examen peut être subi individuellement ou en groupes d'au maximum quatre jeunes gens en âge EPGS. Les groupes peuvent aussi être conduits par des moniteurs de l'enseignement postscolaire de la gymnastique et des sports. Lors des courses d'orientation de nuit, des groupes d'au moins 2 coureurs seront formés.
L'examen est considéré comme réussi lorsque tous les postes de contrôle ont été trouvés. Le départ, le « pust » et l'arrivée ne comptent pas comme poste.
Dans les grandes courses, les catégories seront adaptées aux exigences fixées par la commission pour la course d'orientation de l'Association nationale d'éducation physique. Lors de ces courses, l'emplacement des postes sera donné en appliquant de préférence le système finlandais, à l'exception des catégories avec moniteur. (Le système finlandais consiste à faire reporter les postes à trouver d'une carte affichée sur la carte de course.)

Commentaire

Les exigences actuelles pour la course d'orientation à pied donnent quelque fois lieu à des discussions et à diverses interprétations.
Il semble ressortir que seule la forme normale de course peut être reconnue comme examen à option. Tel n'est pas le cas. Les exemples cités dans les prescriptions pour la course d'orientation à ski sont également valables pour la course d'orientation à pied.
Rappelons les trois variantes de la forme classique : la course individuelle, la course par équipe et la course de relais.
Parmi les courses de forme spéciale, les courses de réseau de poste, aux points (score), sur ligne et en étoile se prêtent particulièrement bien à l'examen.
L'EPGS s'adresse, suivant les cantons, à des jeunes gens âgés de 14 à 20 ans, et groupe donc des participants dont le développement physique est fort différent. C'est la raison pour laquelle les prescriptions ne fixent pas la distance et le nombre de postes de façon très rigide.
A ce facteur physiologique vient s'ajouter le problème de la formation technique, décisif pour fixer le degré de difficulté des parcours.
Il est également nécessaire de faire une différence très nette entre une course officielle ouverte à des participants de différents groupements et une course interne. Dans les courses internes, le traceur de piste connaît non seulement l'âge des participants, mais également leur état d'entraînement et leur préparation technique. La tâche de l'organisateur en est ainsi facilitée. Non seulement les vestiaires, l'avant-départ, le départ et l'arrivée pourront se trouver à proximité les uns des autres, mais il suffira bien souvent de tracer un seul parcours en adaptant la distance et les difficultés du parcours aux possibilités des concurrents.
Par contre, dans les courses ouvertes aux jeunes gens de divers groupements, voire de divers cantons, l'état

d'entraînement et la préparation technique restent des inconnues pour le traceur de piste.
Il est souvent difficile de choisir entre des parcours adaptés à l'âge ou à la préparation technique des concurrents. D'une part, il est absolument faux de faire courir des jeunes gens de 14 ans avec ceux de 20 ans et d'autre part, grâce au développement de l'enseignement de la course d'orientation dans les écoles, le niveau technique de certains concurrents âgés de 17 ans est, parfois, supérieur à celui de camarades plus âgés. Alors qu'il y a quelques années, la course d'orientation était un jeu, un sport complémentaire, elle est devenue un sport de compétition, pour lequel certains juniors se préparent comme pour une discipline athlétique. Ce développement peut paraître malheureux aux yeux de certains promoteurs de cette activité. Mais n'est-ce pas là le propre de chaque sport, du jeu, créant l'émulation, certains profanes deviennent des spécialistes et veulent se mesurer à d'autres athlètes. Faut-il être déçu de cette évolution ? Nullement, puisque l'athlète mêle les joies intenses ressenties lors de la compétition à celles goûtées en contact avec la nature.
L'erreur la plus grande de l'EPGS serait de ne pas vouloir accepter cette évolution, de se confiner dans une certaine routine, de ne pas reconnaître une certaine évolution de la pensée de notre jeunesse.
On constate, depuis deux ans, que la course d'orientation a de la peine à se développer, la participation à certaines courses cantonales diminue, alors que, des 200 000 jeunes gens en âge EPGS, seuls 35 000 ont subi cet examen en 1962.
L'EPGS recherchant comment l'on pourrait augmenter la résistance physique de notre jeunesse, ne serait-il

pas temps que notre mouvement fasse un nouveau pas dans le domaine de la course d'orientation ?

Certes, les spécialistes, dont de nombreux juniors, s'affrontent dans les courses individuelles. Mais on les retrouve à la tête d'une équipe dans les courses par équipe. Et, dans les courses cantonales, les places d'honneur se disputent le plus souvent entre les mêmes spécialistes. Certaines équipes d'« amateurs » préfèrent alors renoncer à courir. Le niveau technique des concurrents s'étant nettement amélioré ces dernières années, les traceurs de piste augmentèrent les difficultés techniques et l'effort physique demandé. Cette tendance n'a fait qu'augmenter le fossé séparant les « profi » des « amateurs ».

On peut dès lors se poser la question s'il ne serait pas nécessaire de modifier les conditions fixées pour les catégories EPGS et juniors.

Le temps de course moyen devrait varier entre 55 et 60 minutes.

Pour des raisons que chacun comprendra, il est insensé de laisser courir des juniors dans les équipes des catégories élite ou actifs. L'âge minimum des coureurs de ces catégories doit être fixé à 20 ans. Du reste, les jeunes gens en âge EPGS, membres de telles équipes, ne donnent pas droit aux subsides et ne sont, par conséquent, pas assurés contre les accidents.

On peut se demander s'il ne serait pas judicieux de créer, principalement dans les courses par équipes, deux catégories EPGS où l'âge se chevaucherait, par exemple, de 14 à 18 ans et de 17 à 20 ans. Nous aurions ainsi vaincu les difficultés inhérentes aux différences de préparation physique.

Mais pour donner des chances aux « amateurs » et stimuler leur intérêt pour les grandes courses, il est urgent de diviser chaque catégorie EPGS en deux dont l'une serait réservée aux coureurs expérimentés et l'autre aux débutants. Cela entraînerait une augmentation du nombre de catégories pour les jeunes gens en âge EPGS, mais le petit travail supplémentaire demandé au traceur de piste et aux organisateurs serait certainement compensé par un développement nouveau des grandes manifestations.

Dans certains cantons romands, la question la plus contreversée est bien celle des tâches techniques (calcul des postes au moyen de l'azimut, des coordonnées, etc.). — Quel est le but de la course d'orientation ? Développer certaines qualités parmi lesquelles le sens d'orientation, la rapidité de décision, l'accoutumance au terrain et la mémoire. C'est un moyen efficace pour développer la résistance physique de notre jeunesse. L'activité intellectuelle demandée par la lecture de la carte transforme l'effort physique en un jeu. N'y retrouve-t-on pas une forme de l'entraînement fractionné, mais combien attrayante.

Quelles satisfactions, tant l'amateur que le spécialiste, retirent-ils de ce sport ? Celles de trouver certains points dans le terrain à l'aide de la carte et de fournir un effort physique.

L'EPGS est un mouvement au service de notre jeunesse et non le contraire. Si nous voulons susciter l'intérêt de notre clientèle, en l'occurence, notre jeunesse, il serait faux de lui offrir un article qui ne l'intéresse pas.

C'est un peu ce que l'on fait en imposant aux concurrents de calculer l'endroit des postes, de ne pas indiquer l'emplacement du départ sur la carte, de donner la carte seulement après le départ, de fixer le départ au pied d'une colline. Il s'agit de donner l'occasion aux concurrents de se mesurer sans être hantés par la crainte d'avoir mal déterminé un poste.

Reconnaissons que la détermination de l'emplacement des postes sur la carte n'a rien à voir avec le problème d'orientation. Dans les courses individuelles, le calcul des postes est abandonné depuis longtemps. On a adopté le système dit finlandais, consistant à reporter les postes sur la carte de course. Il serait faux de croire que l'on peut augmenter les difficultés d'une course en compliquant le calcul des postes sur la carte. C'est là qu'intervient la compétence du traceur de piste. Souvenons-nous que plus les travaux seront simples, plus la course sera captivante et digne du nom de course d'orientation.

C'est la raison pour laquelle les travaux « dits de bureau » devraient enfin disparaître des courses cantonales et officielles.

Depuis l'introduction de la course d'orientation comme examen à option de l'EPGS, la notion de l'équipe de 4 coureurs est entrée dans les mœurs. Les arguments pour ou contre l'équipe de 4 se valent peut-être en ce qui concerne l'EPGS. Mais un fait est certain, la création de différentes catégories pour les jeunes gens en âge EPGS est liée à la diminution du nombre des membres d'une équipe. Mais pourquoi, dans ce domaine, ne sortirait-on pas aussi des chemins battus ? Pourquoi ne pas introduire des équipes de trois ou de deux concurrents, puisque ces formes d'équipe plaisent aux jeunes gens ?

L'examen de course d'orientation devrait faire partie de l'activité de chaque groupement EPGS. Chaque groupement ou arrondissement devrait organiser sa course interne. A cette échelon, quelques personnes suffisent pour assurer un déroulement parfait de la manifestation. Le matériel de poste peut être réduit à sa plus simple expression. On pourra marquer l'emplacement des postes par des bandes de papiers de couleurs sur lesquelles on inscrira le signe distinctif du poste. Afin de faciliter la tâche des organisateurs, l'EFGS a fait l'acquisition de 100 assortiments de marquage de postes composés d'un fanion en étoffe, rouge-blanc, et d'une planchette avec timbre. Ce matériel est à la disposition de tous les groupements et peut être commandé par l'intermédiaire des cantons.

Il n'est certes pas superflu de rappeler que l'enseignement de la course d'orientation peut être incorporé dans le programme du cours de base jusqu'à concurrence de 10 heures. Pour cette instruction, les groupements peuvent recevoir des cartes de leur région au 25000 ou au 50 000 ainsi que des boussoles Recta pour une période de 3 mois. Mais combien de groupements profitent de cette possibilité ? Et pourtant, l'intercalation des disciplines à option dans le cours de base peut contribuer à rendre l'enseignement plus vivant et varié.

Votre prochaine course d'orientation

8me Course d'orientation du Val de Ruz

Date : 14 octobre 1962.
Equipes : 2 coureurs.
Catégories : 8 y compris une catégorie pour jeunes filles (bravo !).
Inscription : La Flèche, Coffrane.

18me Course cantonale fribourgeoise d'orientation

Date : 21 octobre 1962.
Catégories : 5 dont une pour débutants (nouveau).
Inscription : Office cantonal EPGS, Fribourg.

6me Course locloise d'orientation de nuit

Date : 3 novembre 1962.
Catégories : 5 dont une pour débutants.
Inscription : Werner Schwab, Foule 21, Le Locle.