

Zeitschrift: Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
Herausgeber: École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
Band: 32 (1975)
Heft: 10: Transfert dans l'éducation physique

Artikel: Problèmes de transfert dans la course d'orientation
Autor: Hanselmann, Erich
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-997573>

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

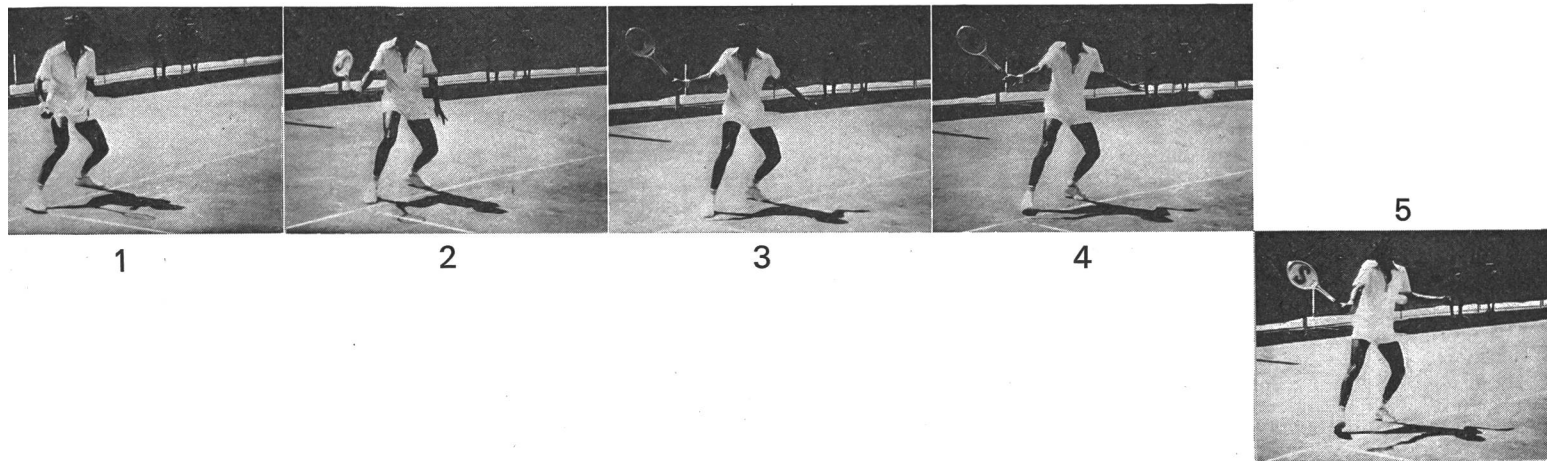
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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: 03.05.2026

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



Transfert slice - volée

Les élèves qui savent jouer une balle légèrement coupée (expériences par l'habileté motrice), n'ont en principe pas de difficulté à apprendre rapidement l'exécution correcte de la volée, vu qu'elle correspond à la phase intermédiaire du déroulement des mouvements propres au slice.

La phase initiale (préparation) et la phase finale (accompagnement de la balle) sont beaucoup plus courtes s'il s'agit d'une volée que s'il s'agit d'une balle coupée comme le montre le cinégramme.

Les images 1 à 4 montrent l'Indien Amritraj qui se prépare à renvoyer la balle en slice. Vu que le service est dirigé sur lui, il se tourne légèrement de côté (position ouverte), toutefois sans faire un pas en vant (il n'a d'ailleurs pas assez de place).

Les images 5 à 8 représentent la phase intermédiaire du déroulement complet qui est donc identique à celui de la volée. En ne regardant que ces quatre images et sans tenir compte de la ligne de fond, chaque expert prétendrait qu'il s'agit d'une volée. Les images 9 et 10 montrent l'accompagnement de la balle après le retour en slice.

Possibilités d'apprendre le slice

1. L'élève fait rebondir la balle plusieurs fois sur sa raquette; ensuite il la laisse tomber devant son pied gauche. Après une brève préparation, il cherche à jouer la balle par-dessus le filet en tenant la raquette en position légèrement ouverte (effet vers le bas).

Problèmes de transfert dans la course d'orientation

Erich Hanselmann

Une compétition de course d'orientation exige à la fois un travail physique et intellectuel. L'interdépendance de ces deux éléments est soulignée par le fait qu'un grand effort physique influence fortement la capacité intellectuelle.

Les programmes de formation et d'entraînement dans la course d'orientation sont souvent établis en fonction des buts principaux qu'il faut atteindre:

1. Le travail technique d'orientation (travail intellectuel)
2. L'amélioration des aptitudes physiques

En analysant leurs compétitions, les coureurs expérimentés discernent les points sur lesquels ils doivent concentrer leur entraînement.

Dans la formation de base, il s'agit avant tout d'apprendre la technique de l'orientation.

Seulement celui qui sait lire une carte et manier une boussole peut trouver des postes. Ce n'est qu'après cet apprentissage qu'il doit essayer de les trouver le plus vite possible.

Les décisions pratiques sont le résultat de processus intellectuels. La carte donne des informations qu'il faut reconnaître, enregistrer et mettre en rapport entre elles le plus rapidement possible. La représen-

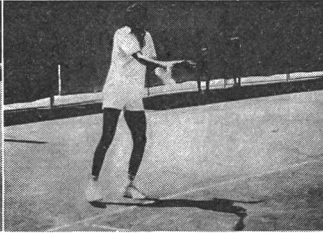


Transfert des décisions prises en lisant la carte?

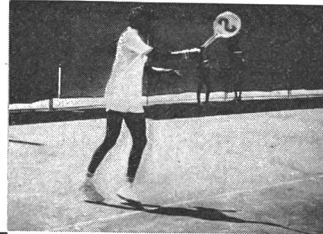
6



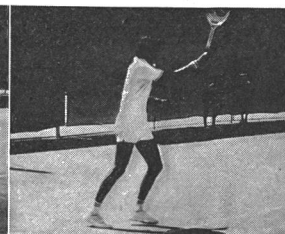
7



8



9



10

2. L'entraîneur met la balle en jeu. L'élève se prépare à temps et renvoie la balle à l'entraîneur en la frappant avec un léger effet vers le bas.
3. idem. L'entraîneur varie les balles mises en jeu (balles courtes, longues, hautes, basses etc.).

Possibilités d'apprendre la volée

1. L'élève fait rebondir la balle plusieurs fois sur sa raquette, prend un élan raccourci, et reprend la balle de volée pour l'expédier par-dessus le filet.
2. L'entraîneur envoie la balle à l'élève à courte distance. L'élève, placé de côté par rapport au filet, prend un élan raccourci et renvoie la balle à l'en-

traîneur en tenant la raquette en position légèrement ouverte.

3. Même exercice, mais partant de la position d'attente neutre: tourner, pas, frapper.
4. idem. L'entraîneur varie les balles mises en jeu (comme le 3e exercice pour l'apprentissage du slice).

Dans la phase d'apprentissage, il s'agit avant tout d'apprendre et de stabiliser de nouvelles habiletés motrices. Dans la phase d'entraînement, ce sont les mesures en vue d'augmenter la flexibilité de l'apprentissage moteur (variété de l'apprentissage) qui prédominent. Avec les derniers exercices, on veut élargir les possibilités de transférer des déroulements de mouvements stabilisés.

tation abstraite du terrain avec les différents signes conventionnels et les courbes de niveau doit être transformée en image concrète. Ensuite, il faut se décider pour le cheminement qui est jugé le meilleur pour atteindre le poste de contrôle. Pour prendre cette décision, il faut également tenir compte des capacités techniques (risque), de la condition physique et du comportement tactique. Maintenant, on passe à la réalisation. En observant constamment le terrain, il s'agit de percevoir, reconnaître et déterminer sur la carte tous les points de repère qui peuvent surgir en cours de route (forme de relief, buissons, chemin etc.).

Cette constante progression mentale à tâtons permet de trouver sûrement les postes.

Il est évident que la lecture et l'interprétation de la carte jouent un rôle prédominant dans la course d'orientation.

Les processus d'apprentissage qui mènent à cette habileté sont très variés.

Quels sont les problèmes de transfert qui se posent aux coureurs et à l'enseignant en rapport avec ces processus d'apprentissage ?

Le premier problème est le choix de l'échelle de la carte.

Qu'est-ce qui est plus favorable au transfert, partir de la carte à grande échelle et aller vers les échelles plus petites ou inversement ?

Les cartes de course d'orientation sont des cartes spéciales à différentes échelles qui contiennent un grand nombre de détails. Cette grande variété d'informations



Transfert des techniques d'orientation?

permet au coureur de se faire une image optimale du terrain, ce qui est indispensable pour distinguer objectivement les différents itinéraires, c'est-à-dire que la compétition offre les mêmes chances à tous. L'échelle doit aider à rendre la carte distincte et bien lisible, malgré la multitude des détails.

Pour la compétition, on emploie en général des cartes à l'échelle 1 : 15 000, 1 : 16 666 ou 1 : 20 000.

L'échelle est une aide importante dans l'apprentissage de la lecture des cartes. Les expériences ont montré que les débutants apprennent mieux avec des cartes à grandes échelles (terrain représenté en grand) qu'avec des cartes à échelles «plus petites». Ce qui est représenté en grand paraît plus concret, et les participants reconnaissent et assimilent plus rapidement les informations.

L'enseignement avec des enfants de 7 à 9 ans a montré qu'il est absolument indispensable d'employer des cartes à grande échelle (jusqu'à 1:1000) pour que les élèves comprennent la carte. Pour les plus petits, il a même été nécessaire de concrétiser des symboles abstraits; au lieu de représenter une maison par un carré (vue d'en haut), on a dessiné la façade et le toit (vue de face). Il s'agit certes d'un problème qui ne concerne que le travail avec les enfants, vu qu'à cet âge le développement mental n'est pas encore assez avancé pour comprendre de tels problèmes abstraits.

Des enquêtes empiriques ont montré clairement qu'il est tout à fait juste de partir de la «grande» échelle pour arriver à l'échelle employée pour la compétition. Les expériences acquises facilitent les apprentissages ultérieurs.

Autres problèmes spécifiques de transfert dans la course d'orientation:

Y a-t-il un transfert des décisions similaires concernant la technique de la carte dans différentes situations ?

Même si les décisions concernant la technique de la carte sont très variées, et qu'elles présentent toujours certaines différences à cause des caractéristiques du terrain, on peut tout de même les classer par groupes:

Exemple:

Approcher d'en haut un poste situé dans une pente sans ligne d'arrêt (par exemple rocher) présente toujours des difficultés du même genre.

Si l'on a déjà rencontré auparavant des situations similaires, les expériences aident à prendre la décision juste.

Y a-t-il un transfert des techniques d'orientation dans différents types de terrain ?

— Technique d'orientation dans les forêts du Plateau suisse — technique d'orientation en Scandinavie.

En principe, la technique d'orientation est la même dans les forêts du Plateau suisse ou dans une région scandinave. Le relief très caractéristique de chez nous devient en Scandinavie une suite irrégulière de collines avec des formes de terrain minuscules qu'il s'agit de reconnaître. En outre, beaucoup de chemins et de lignes d'arrêt caractéristiques qui, chez nous, nous servent de points de repère, disparaissent en Scandinavie.

Transfert en handball

Heinz Suter

Nous supposons que la formation dans le jeu du handball peut être répartie sur les domaines suivants:

- l'adaptation motrice
- la technique dans le maniement du ballon
- le comportement dans le jeu / tactique
- l'intelligence de jeu / connaissances

Ces domaines ne peuvent être séparés les uns des autres: il y a constamment des liaisons et des interférences¹.

T. Endert² est de l'avis que le débutant perd trop de temps pour *analyser* une situation de jeu, ce qui l'empêche de réagir de façon appropriée. Il faut offrir aux débutants des situations de jeu simples facilement assimilables et qui permettent aux élèves de prendre des décisions claires et nettes.

Il s'agit avant tout de trouver des rapports directs entre des petits jeux connus et la formation dans le jeu du handball. On peut dire que les petits jeux sont la forme de base pour le handball. Il paraît important que de tels jeux appartiennent à une *suite de jeux* déterminée. Il y a plusieurs formes qui s'adaptent fort bien à cet effet, non seulement les jeux orientés spécifiquement sur le handball, comme par exemple les jeux avec le demi-cercle, mais également les petits jeux qui contribuent à un apprentissage adéquat et

qui sont axés sur les différents domaines de la formation dans les jeux.

On peut parler d'une suite, lorsque les jeux correspondent, du point de vue de la technique et du comportement dans le jeu sans les facteurs de la condition physique, à une suite méthodologique, les exercices progressifs parallèles présentant divers aspects du transfert.

Exemple d'un transfert vertical:

But de l'exercice: Adaptation motrice pour les défenseurs: de la position de base, se déplacer lat. avec des pas chassés pour reprendre la position de départ.

