

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: 34 (1977)
Heft: 7

Rubrik: Chez nous

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: 07.02.2026

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



La formation des juniors

E. Monnier

Il existe deux possibilités fondamentales d'assurer la pérennité d'une société: le mécénat ou la section des juniors.

Comme la première n'est pas à la portée de chaque club, c'est à la seconde qu'il faut nécessairement se raccrocher.

Encore faut-il que les dirigeants en question en soient conscients, qui trop souvent, hélas, n'ont de sollicitude que pour leur première équipe, sans se soucier suffisamment de la relève pourtant de valeur capitale, voire vitale.

Problème d'entraîneur, clament les organes responsables. Eh oui!, bien sûr. Mais vous qui vous lamentez, avez-vous tout mis en œuvre pour disposer d'un contingent suffisant d'enseignants?

Le mot est lâché, qui laisse sous-entendre, en plus de hautes qualités techniques un sens approfondi de la pédagogie, de la psychologie, de l'éducation. Chacun s'accorde à le dire dans les milieux compétents: l'entraînement des juniors devrait être confié au meilleur entraîneur du club. Est-ce généralement le cas?

Il est, en effet, plus facile d'entraîner des joueurs professionnels, rompus à toutes les difficultés techniques et tenus par contrat, que de mettre sur orbite des jeunes qui ont tout à apprendre. C'est que le petit de l'homme n'est pas un homme en petit. Là réside la difficulté de former, de modeler cet être véritablement à part.

Première condition de réussite: conserver au junior sa personnalité. Car chacun d'eux a sa manière d'agir — exemple: le dribbling —, qui lui donnera plus tard son style. Dès lors, un seul moyen au départ: jouer, encore jouer. Et c'est du jeu qu'on bâtira la méthode d'entraînement. En corrigeant les fautes grossières d'abord, les minimes ensuite. On ne tolérera pas, bien sûr, un dribbling, à la réussite aléatoire, quand il est possible de réussir, à coup sûr, par une simple passe. Mais on se réjouira d'un dribbling réussi quand il n'y avait pas d'autre possibilité de s'imposer.

Bien sûr que par la suite, il faudra affiner la technique par des exercices répétés. Le Dr Paul Martin n'a-t-il pas écrit dans son merveilleux livre: Le sport et l'homme: revenir sans cesse aux éléments primaires! Il en sera de même de phases tactiques que l'on aura soin, au départ, de ne faire exécuter que par groupes de deux ou trois unités seulement... N'oublions pas, en effet, que pour le tout jeune joueur, la notion de groupe, puis de communauté plus élargie, met des années pour passer à la conception de 3 à 11 éléments. D'où la nécessité absolue de pratiquer le football à 7 en catégorie E. A l'entraînement, ne pas craindre de descendre en-dessous de ce chiffre pour permettre au junior de sentir plus tôt la notion de groupe qui doit le conduire à celle d'équipe.

Et pas de faute plus grave que d'imposer trop tôt un poste définitif à un jeune. Pas de moyen plus sûr, à quelques exceptions près, pour tuer

sa personnalité. Rappelons-nous que des joueurs moyens à un poste ont subitement éclaté en jouant à un autre poste. Par nécessité, bien souvent.

Mais le mal, le grand mal, mal parfois irrémédiable, c'est que trop tôt, beaucoup trop tôt, seul le résultat compte. La quasi totalité des entraîneurs ont pour seul objectif leur fierté personnelle à être en tête de classement. Ils pensent à eux, avant de penser aux petits êtres qui leur sont confiés. Et c'est: vas-y pour un marquage serré, etc. L'autre se glorifiait d'être premier de son groupe avec ses poussins de 8 et 9 ans... grâce à la défense en ligne!!! alors que, puisant ses joueurs dans l'imposant contingent d'un club de ville de première ligue, il se mesurait avec de petits bambins d'un tout petit club de village!

La meilleure solution pour éviter de telles aberrations est de confier à un entraîneur une équipe qu'il conservera de la catégorie C à la catégorie A. Cette manière de faire lui permettra de laisser le jeune joueur s'épanouir complètement, pour autant, bien entendu que le responsable travaille la manière avant le résultat. Arrivé au stade de la maturité, qui se situe à 12 ans déjà pour les uns, plus tard pour d'autres, il va sans dire que la compétition sera reine et qu'il faudra attribuer à une victoire, à un classement, tout son prix. Jouer pour gagner doit devenir une doctrine.

Dès l'âge de 17, 18 ans — tout dépend de la constitution du junior et d'une foule d'autres facteurs tels que: apprentissage, études, vie privée, etc. —, l'entraînement des juniors doit être le même que celui des seniors.

Concluons: un junior de classe A doit pouvoir répondre aux conditions suivantes: technique: parfaite; condition physique: à toute épreuve; tactique: polyvalence des postes et connaissance approfondie de tous les principes à la base du jeu d'équipe.

Mais en tout état de cause, à respecter dans l'ordre: la famille, la formation professionnelle,.... le football. Le bonheur de chacun est à ce prix.

Ces chiffres démontrent également de manière éloquent que les Suisses ont pris conscience que seule une activité physique pouvait compenser les maladies de la civilisation dues à notre mode de vie. En effet, pour conserver les diverses parties de son corps en parfait état de fonctionnement, l'homme doit les soumettre à un entraînement régulier.

Mais il oublie parfois que si ces exercices compensent la diminution de l'activité physique dans le travail (remplacée par les machines, d'un rendement supérieur) et contribuent au maintien d'une bonne santé, le sportif s'expose à toutes sortes de dangers, surtout quand il débute dans une discipline.

INFAS

Cours d'entraîneurs CNSE 1978/79/80

En janvier 1978 débutera le quatrième cours d'entraîneurs en deux phases du CNSE et de l'EFGS, organisé en collaboration avec les fédérations suisses de gymnastique et de sport.

Cours d'entraîneurs I

Durée: Janvier 1978 — printemps 1979 (3 semestres).

Langue: Allemand et français.

Conditions d'admission:

- Age minimum 25 ans
- Bonne formation générale
- Intérêts et capacités pédagogiques
- Bonnes connaissances de l'allemand et du français
- Connaissances et expériences au-dessus de la moyenne dans le sport d'élite
- Avoir terminé la phase supérieure de la formation d'entraîneurs à l'intérieur de la fédération sportive concernée
- Activité régulière d'entraîneur d'athlètes de cadre ou d'équipes de sélection

Examens semestriels: Des examens intermédiaires auront lieu au premier et au deuxième semestre.

Examen final: Printemps 1979 (entraîneur diplômé CNSE I).

Inscription: La fédération sportive annonce ses candidats au secrétariat du cours d'entraîneurs, EFGS, 2532 Macolin.

Date-limite pour l'inscription: 1er octobre 1977.

Cours d'entraîneurs II

Durée: Printemps 1979 — printemps 1980.

Langue: Allemand et français.

Conditions d'admission: Entraîneur diplômé CNSE I.

Examen final: Printemps 1980 (entraîneur diplômé CNSE II).

Si vous désirez obtenir d'autres renseignements au sujet de ce cours, vous pouvez vous adresser directement au secrétariat du cours d'entraîneurs, EFGS, 2532 Macolin.

Accidents de sport

Coût: 312 millions de francs

Selon la statistique de la dernière période quinquennale 1968—1972, publiée par la CNA, le nombre des accidents de loisirs a augmenté de 10 pour cent par rapport à la période précédente (1963—1967).

Le total de ces accidents est impressionnant: 152 920!

Leur coût également: 312 millions de francs

Ils se répartissent comme suit:

Nombre des accidents	Leur coût	
		Fr.
Jeux de balle		
(football en majeur		
partie)	67 245	81 millions
Ski	46 165	119 millions
Autres sports	39 510	112 millions