

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: 8

Rubrik: Jeunesse + Sport

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: 13.01.2026

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



Informations générales

finances de la Confédération, tels furent les thèmes principaux abordés durant ces deux journées.

Les délibérations, très fructueuses, bien que n'ayant pu aboutir à des solutions concrètes, permirent surtout l'échange d'idées et d'informations sur les thèmes précités, qui devront à présent être étudiés et développés par l'EFGS. Lors du premier débat, représentants des écoles et représentants J + S exposèrent leur point de vue sur les missions de leurs institutions respectives et sur le sens à donner à leur collaboration. Ils tentèrent d'analyser le problème et de trouver des solutions donnant satisfaction aux deux partenaires. Sphère d'influence, compétences, structure et finances furent les principales pierres d'achoppement des discussions menées avec objectivité et dans l'intérêt de la jeunesse.

La deuxième partie fut consacrée à l'avenir de J + S envisagé sous l'angle financier. L'ordre donné par nos autorités d'économiser 2 millions de francs dans J + S fut examiné minutieusement. On essaya de trouver la solution la plus adéquate, c'est-à-dire celle permettant de ne pas entraver l'expansion de J + S tout en obtempérant à l'ordre d'économie reçu. Les écoles principalement, feront les frais de cette mesure restrictive. Bien qu'ayant été annoncée officiellement à fin mai, il semble cependant que la suppression du subside d'organisation aux camps scolaires obligatoires ne soit pas définitive. Mission a été donnée par la conférence à une commission composée des parties intéressées, de proposer les meilleures solutions possibles. Cette commission siégera prochainement, car la restriction imposée entrera en vigueur au 1er décembre 1977 déjà.

Responsables J + S des cantons et de l'EFGS déplorèrent également les résultats négatifs des dernières votations fédérales et firent part de leurs craintes de voir le budget J + S réduit une nouvelle fois. La commission nouvellement créée sera également chargée, en cas de nécessité, d'élaborer des projets pour pallier à de nouvelles restrictions.

Représentants des cantons et de l'EFGS se séparèrent après ces deux journées de travail, confiants cependant pour l'avenir de J + S, mais également conscients que les temps futurs ne seront pas exempts d'écueils.

Mémoire no 1

sur les accidents en montagne dans Jeunesse + Sport

destiné aux moniteurs et experts dans les cours d'alpinisme J + S

La maxime « Quidquid agis, prudenter agas et respice finem » (Quoi que tu fasses, fais-le avec prudence et pense toujours à la fin!) n'est nulle part ailleurs aussi valable qu'en montagne. L'inattention, la fausse estimation de la situation (participants, conditions, temps, heure) et le manque d'expérience peuvent avoir de graves conséquences.

Nous tenons à rappeler aux guides et aux moniteurs la *grande responsabilité* qu'ils assument en montagne, notamment dans les cours et durant les voyages avec des adolescents.

Voici une description de quelques accidents de montagne survenus ces trois dernières années dans le cadre de Jeunesse + Sport, ainsi que les enseignements qu'il faut en tirer.

1. Chute après un rappel

(Epaule du Lion d'Argentine, 15 septembre 1974)

Déroulement de l'accident

Au terme d'une excursion, un dernier rappel a été exécuté. Au moment de retirer la corde, une pierre s'est détachée blessant une jeune fille. Sa sœur se jeta au sol, glissa et fit une chute mortelle de 60 m. Les participants avaient attendu environ une heure, dans le brouillard et sans être encordés, la fin de la manœuvre de rappel et le retrait de la corde.

Procédure pénale

Le moniteur n'ayant pas été retenu coupable, il n'y a pas eu de poursuite pénale.

Enseignements à en tirer

- Fut-il correct de garder tous les participants groupés au pied du rappel durant toute la manœuvre?
- S'il n'y avait pas d'autre emplacement pour attendre, les participants n'auraient-ils pas dû rester encordés, du fait qu'ils se trouvaient au bord d'un précipice?

2. Chute sur le chemin de cabane

(Cabane Dossen – Rosenloui, 18 juillet 1975)

Déroulement de l'accident

En raison d'un violent orage durant la descente, le cours a quitté le chemin normal situé sur l'arête. Contrairement au premier groupe, le second ne s'était pas encordé et le guide fermait la marche. Une fille glissa sur une dalle de rocher et entraîna une camarade dans sa chute. Alors que la première resta blessée à l'endroit de sa glissade, l'autre fit une chute mortelle de 250 m.

Conférence annuelle des chefs des services cantonaux J + S

La conférence annuelle des chefs des services cantonaux J + S s'est déroulée à Schaffhouse les 15 et 16 juin dernier dans les magnifiques salles de l'Hôtel de Ville, mises gracieusement à disposition par les autorités.

J + S dans les écoles et conséquences pour J + S du résultat négatif des récentes votations fédérales sur la TVA, mesures prises dernièrement par le Conseil fédéral pour équilibrer les

Procédure pénale

On reprocha avant tout au guide

- de ne pas avoir ordonné de s'encorder
- d'avoir fermé la marche

Il a été condamné à 2 mois de prison avec sursis de 2 ans pour homicide par négligence et à supporter les frais de procédure et les revendications de droit civil.

Enseignements à en tirer

Si certains tronçons du chemin de cabane normal sont munis de câbles, de pitons, de marches et d'échelles, il faut, à plus forte raison, redoubler de prudence, de vigilance et soigner davantage l'assurage si l'on quitte le chemin aménagé. Un orage subit et la fatigue en fin de course augmentent les risques.

Le guide a été victime de son manque d'expérience (ce fut son premier engagement après le cours de guide).

3. Chute sur une arête de neige et de glace

(Aletschhorn, 30 juillet 1975)

Déroulement de l'accident

Six adolescents, accompagnés d'un guide, ont atteint le sommet par la voie normale (arête S.-W.) sans difficulté. Durant la descente par le même chemin, un membre de la première cordée glissa (trébucha) et entraîna ses deux camarades dans sa chute. Le guide fermait la marche de la seconde cordée de quatre. Il descendit avec un autre guide auprès des victimes qui se trouvaient env. 250 m plus bas. La corde s'était prise dans les rochers. Deux participants étaient blessés, mais le troisième était malheureusement déjà mort.

Procédure pénale

Il n'y a pas eu de poursuite pénale, mais uniquement une enquête policière.

Enseignements à en tirer

- La corde n'était pas tendue au sein de la cordée, ce qui augmenta la violence du blocage
- Il est possible que celui qui a glissé en premier ait trébuché sur la corde non tendue (accrochage avec les crampons)
- Le dernier de la cordée n'avait pas de piolet et par conséquent aucune possibilité d'assurage. Le premier chercha en vain d'enrayer la chute de ses deux camarades à l'aide de son piolet

- On peut se demander si le guide n'aurait pas dû faire partie de la première cordée, ce qui lui aurait permis de mieux juger le danger de la situation (neige et glace) et d'exercer une plus grande influence.

L'aviron : un sport d'équilibre

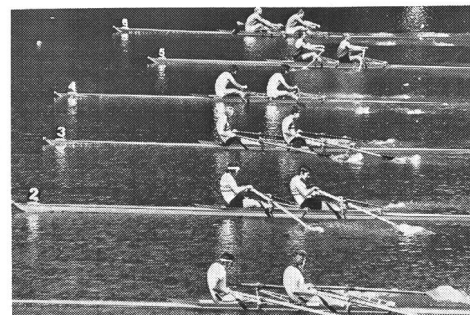
Le plan d'eau s'étale, limpide et transparent, irisé par le couchant, à peine ridé sous la brise légère. A sa surface, l'effleurant à peine comme un vol rapide d'hirondelles, «fileurs éternels des immobilités bleues», glissent de frêles et véloces esquifs fusiformes. Leurs pointes, avançant par saccades légères, incisent dans le miroir liquide des sillages parallèles, rectilignes et sûrs, qui semblent tracés au burin et qui subsistent longtemps encore, se fermant comme à regret. A leur bord, alternance incessante, les corps se plient doucement ou se déplient vivement, les jambes fléchissent ou se tendent, les dos s'inclinent ou se redressent en cadence, tous égaux dans cette fraternité de l'effort, absorbés par un même élan global, énergique, d'où toute brutalité est cependant exclue. Les avirons battent l'eau de chaque côté, tels des ailes déployées, en rythme égal, cyclique et calculé, coupant l'onde d'un seul coup feutré, sans un bouillonnement, sans une éclaboussure. Et chaque coup en appelle un autre, dans une succession ininterrompue, un mouvement perpétuel. Les gestes se lient, s'enchaînent, se complètent, se reproduisent à l'infini. Et le bateau glisse, glisse... Puis, la ligne d'arrivée



Aucun autre sport, peut-être, n'exige une adaptation collective et une identité aussi parfaite et étroite entre l'outil et l'équipe, celle-ci ne constituant plus finalement qu'un seul homme.

franchie dans une ultime impulsion de l'effort à son paroxysme, les minces fuseaux finissent sur leur lancée. Leur glissement silencieux vient mourir insensiblement au bord des pontons qu'ils regagnent comme de lents oiseaux aux ailes désormais immobiles. Les athlètes, pres-

que vidés de toute substance, figés dans une sorte de prostration momentanée, cherchent à reprendre haleine, dans l'affolement de leur cœur retrouvant peu à peu son rythme normal. Vitesse, coordination, puissance, résistance, endurance, réunis pour la satisfaction de l'es-



Une préparation raisonnée, méthodique, connaît son véritable couronnement lors de 6 à 9 minutes de compétition, au cours desquelles l'athlète atteint sa performance maximale.

thète, dans l'unité, la beauté et la plénitude d'un même geste et d'une même performance. Mais cette vision idéale et fugitive de l'aviron, où tout paraît aisance, harmonie et perfection, popularisée surtout par la télévision lors des derniers Jeux Olympiques, n'est que l'aboutissement d'un long travail régulier, patient, d'un entraînement sévère, jusqu'à l'absolue maîtrise du geste, jusqu'à l'exacte synchronisation des mouvements et de l'intensité de l'effort. Aucun autre sport, peut-être, n'exige une adaptation collective et une identité aussi parfaite et étroite entre l'outil et l'équipe, celle-ci ne constituant plus finalement qu'un seul homme.

Une préparation raisonnée, méthodique, connaît son véritable couronnement lors de 6 à 9 minutes de compétition, au cours desquelles l'athlète atteint sa performance maximale. Sur ce plan, l'aviron est à ranger dans la catégorie des sports de résistance. Complet, astreignant, il demande une condition physique parfaite et peut apporter de nombreuses satisfactions de tous ordres.

«Le rameur, écrivait Pierre de Coubertin, doit chercher dans la perfection de la marche mécanique le meilleur résultat en même temps que la satisfaction la plus complète... C'est le plaisir du rameur de se sentir une machine pensante, d'éprouver comment la force se forme en lui, se répand et s'écoule.»

Chaque sport, comme toutes les formes d'expression, doit toucher l'être total en contribuant à sa libération, au développement, à la maîtrise de la personnalité. L'homme, en effet, ne trouve

sa vraie raison d'être que dans le dépassement de soi.

Les programmes J + S dans la branche aviron

La branche sportive Aviron comprend divers programmes de formation offrant un éventail appréciable de possibilités susceptibles de satisfaire les goûts et l'intérêt des participants, selon le domaine sur lequel chaque cours met l'accent, en fonction des buts recherchés.

Programme 2 D

Le programme 2 D constitue la base générale de toute préparation à l'aviron. Il permet d'acquérir la condition physique indispensable à la pratique de ce sport. En principe, il débute en automne, dure de 5 à 6 mois, et vise principalement à améliorer certains facteurs de condition physique: vitesse, adresse, coordination, force, résistance. Orienté surtout vers le développement des aptitudes précitées, il s'adapte également à l'âge du pratiquant dont les progrès sont contrôlés régulièrement.



Les avirons battent l'eau de chaque côté, tels des ailes déployées, en rythme égal, cyclique et calculé, coupant l'onde d'un seul coup feutré.

Programmes 1 A et 2 B

Le programme 1 A comprend les premiers rudiments techniques: la recherche de l'équilibre sur le bateau, l'étude du mouvement, le travail des phases de propulsion et de glissement, l'adaptation à une cadence donnée, et aussi des activités complémentaires, telles que des jeux et des cours théoriques donnant l'occasion de connaître à fond le matériel et les soins qu'il exige (rame, bateau, types de bateaux, etc.). Ces occupations variées renouvellent l'intérêt et préparent déjà aux autres programmes, tel que le 2 B qui est en quelque sorte une initiation à l'aviron de tourisme. Ce dernier peut être adapté aux capacités de chaque âge,



Les jambes fléchissent ou se tendent, les dos s'inclinent ou se redressent en cadence, tous égaux dans cette fraternité de l'effort, absorbés par un même élan global.

ayant avant tout pour but des sorties en bateau à cadence modérée, d'une durée et sur des distances variables:

14 ans: 3 à 6 km; 15 à 16 ans: 6 à 9 km; 17 à 18 ans: 9 à 12 km; 19 à 20 ans: 12 à 18 km.

Programme 2 A

Le programme 2 A consiste déjà en une initiation à l'aviron de compétition. La technique du mouvement est affinée. Le participant apprend systématiquement à faire avancer le bateau et à le laisser glisser. L'enseignement porte avant tout sur l'efficacité du geste et l'économie de l'effort. Les défauts sont corrigés méthodiquement par des exercices appropriés.

Programme 3 A

Toute cette préparation technique dure en principe de 4 à 5 mois (printemps – juillet). Elle est encore plus poussée dans le programme 3 A axé spécifiquement sur la compétition. Le travail par intervalle ou le travail fractionné vient se greffer sur cet entraînement dont le but essentiel consiste à créer l'automatisme du geste et à acquérir la faculté de maintenir longtemps une cadence élevée, grâce à une condition physique parfaite (selon programme 2 D).

Nous voyons donc que l'aviron est un sport complet offrant diverses variantes pouvant satisfaire tous les intéressés.

De plus amples renseignements peuvent être demandés directement aux offices cantonaux J + S ou à Monsieur Chr. Bruckbach, Im Weideli, 6318 Walchwil, chef de la branche sportive.

L'aviron dans le cadre de Jeunesse + Sport

Brève rétrospective

Les statistiques de l'EFGS révèlent que l'aviron fit partie des disciplines à option du programme de l'Instruction préparatoire (IP) durant les années 1942/1946. Les cours et examens étaient alors organisés dans des cantons disposant de plans d'eau naturels comme Zurich, Lucerne ou Schaffhouse. La participation à ces cours et examens IP variait entre 50 et 100 jeunes gens annuellement.

En 1947 l'IP réduisit le nombre des branches à option et exclut l'aviron de son programme, de sorte qu'il nous faut attendre 1976 pour redécouvrir cette discipline dans les statistiques J + S de l'EFGS, avec 3 cours et 30 participants.

Cette faible participation mérite une explication. Nous devons tout d'abord relever que le développement de l'aviron, contrairement à certaines autres branches J + S, dépend avant tout des possibilités en matériel des groupements. Comme J + S ne remet pas de bateaux, il est momentanément illusoire d'attendre une grande expansion hors des clubs ou sociétés d'aviron. D'autre part il faut également dire que l'aviron a été introduit dans J + S tout récemment et non pas dès sa création.

Situation actuelle

Durant les années 1975/1976, les entraîneurs des fédérations ont été introduits à J + S lors de cours spéciaux (cours d'introduction). Les premiers cours avec les jeunes ont eu lieu en 1976. Nous disposons actuellement de:

25 moniteurs J + S 1, dont 4 romands
35 moniteurs J + S 2, dont 11 romands
11 experts J + S, dont 2 romands

En 1977 4 cours de moniteurs 1 sont prévus, dont 1 réservé à la Romandie et organisé par le service J + S du canton de Vaud les 2/4 et 9/11 septembre prochain à Vidy. Espérons qu'après l'étape 1977, l'aviron prendra son véritable départ dans la course J + S.

Transports hélicoptérés au profit des cours J + S

Le service de l'aviation et de la défense contre avions du DMF nous communique:

- qu'il ne met des hélicoptères à disposition de J + S que pour le sauvetage de blessés conformément à la convention passée avec l'assurance militaire et aux directives fixées dans le manuel du moniteur;
- qu'il ne donnera plus suite aux demandes de transport de personnes ou de matériel, afin de ne pas concurrencer l'aviation civile (excepté les cas de force majeure);
- que dans les cas de force majeure, les demandes doivent être adressées au service cantonal J + S qui a autorisé l'activité J + S et qui les transmettra avec sa proposition à l'EFGS;
- qu'il prendra lui-même la décision d'accorder des vols sur la base des propositions du service cantonal J + S et de l'EFGS.

L'EFGS ne recommandera d'accepter les demandes que dans des cas isolés et extraordinaires, après examen minutieux des motifs invoqués.

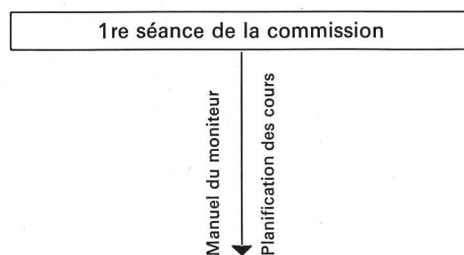
Communications des chefs de branche

Judo

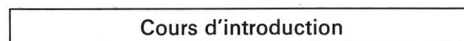
Dans le numéro de juin, nous vous avons informés que le judo a été admis dans Jeunesse + Sport. Voici encore quelques compléments d'information du chef de la branche.

Lors de sa dernière séance en avril 1977, la commission de la branche a élaboré le plan suivant pour la phase d'introduction:

Avril 1977

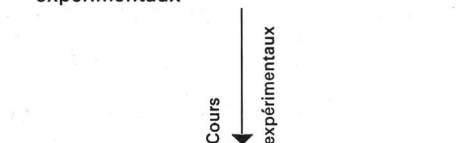


Début 1978

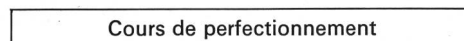


pour les entraîneurs de judo de l'ASJ:

- recommandation de l'ASJ
- engagement à organiser des cours expérimentaux

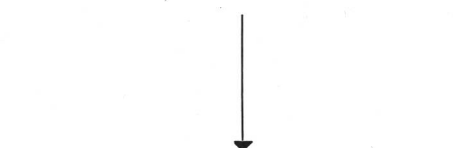


Début 1979

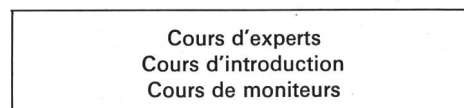


pour les mêmes entraîneurs:

- analyse des cours expérimentaux
- modification évent. des directives



Dès l'été 1979



Ce plan montre qu'il est prévu d'organiser des cours expérimentaux dirigés par des entraîneurs sélectionnés dès le printemps 1978 et que l'activité proprement dite, c'est-à-dire l'organisation de cours de moniteurs et de branche sportive, commencera probablement en été 1979.



(Photo J.-F. Lorimier)

Le judo est un sport déjà fort connu en Suisse: 11 000 judokas dans 210 clubs, selon la statistique de l'ASJ. On estime toutefois qu'il n'y a que la moitié qui est enregistrée. Un autre fait réjouissant est que les écoles, notamment les écoles professionnelles et secondaires, s'intéressent toujours davantage à ce sport. Il n'est donc pas exagéré de prétendre qu'environ 25 000 personnes font actuellement du judo. En rapport avec Jeunesse + Sport, il est difficile de juger la participation des adolescents de 14 à 20 ans: on parle d'un quart. Maintenant que le judo fait partie du choix offert par Jeunesse + Sport, la possibilité est donnée d'encourager la vulgarisation de ce sport.

Le chef de la branche: M. Etter