

**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:** 37 (1980)  
**Heft:** 6

**Artikel:** Développement de J+S  
**Autor:** Weiss, W.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-997273>

### **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>**

37e année  
Juin 1980

Revue d'éducation physique  
de l'Ecole fédérale  
de gymnastique et de sport  
Macolin (Suisse)

## Développement de J + S

W. Weiss, chef du groupe de travail pour le développement de J + S

J + S se trouve actuellement dans une phase de développement qui devrait être concrétisée à la fin de l'année. Il est prévu de publier le déroulement et les résultats de ce processus dans le numéro de septembre de cette revue. Toutefois, nos lecteurs ont le droit d'être informé aussi rapidement que possible, ne serait-ce que sur quelques résultats partiels. Pour cette raison, nous commençons dès maintenant à vous présenter certains aspects. Aujourd'hui, nous traiterons la conception d'un cours.

## Nouvelles règles pour la conception d'un cours

Une règle vivement discutée, acceptée ou contestée selon le point de vue, est la *participation volontaire aux examens de branche sportive et au test de condition physique*.

Etant donné qu'il est prévu de donner plus d'importance aux buts dans la planification des cours, il serait faux de sortir cette nouvelle règle du contexte général.

### Buts du cours et idée directrice du programme

Planifier un cours ne signifie donc plus en premier lieu choisir l'orientation, le degré et l'examen qui devront être traités, mais déterminer le domaine de la branche dans lequel le groupe pourra «déployer» son activité, c'est-à-dire fixer les buts à poursuivre.

Exemples de buts:

- se préparer et participer à un championnat d'un jeu d'équipe
- apprendre à connaître la vie en montagne (technique, comportement, expériences)
- préparer une suite d'exercices de gymnastique que le groupe présentera à une soirée des parents
- se préparer et participer à un championnat d'aviron
- former des skieurs plus complets, plus sûrs d'eux et avec davantage de fantaisie
- vivre en communauté avec les camarades du camp
- se préparer et passer le test de natation 3

Partant des buts, il faut réfléchir aux points suivants:

- S'agit-il plutôt de se familiariser avec la branche, d'une formation ou de l'application?
- Quels aspects prédominent? L'aspect technique ou social ou encore le fait de vivre une expérience.
- Quel degré de formation correspond à la matière prévue?
- Est-il judicieux d'intégrer des examens et des tests dans le programme?

Les réponses à ces questions donnent l'idée directrice du programme. On peut également y insérer des considérations méthodologiques.

L'idée directrice du programme d'un cours de ski pourrait être la suivante:

- Former des groupes de performance
- Perfectionner la technique au degré 2A
- Enseigner à choisir la bonne trace en laissant les élèves skier en petits groupes et en leur donnant des tâches à résoudre
- Traiter de manière pratique les règles de la FIS
- Organiser l'examen de branche sportive 2AX (avec conduite de la classe et slalom géant)
- Descente aux flambeaux

Les buts du cours et l'idée directrice du programme sont les principaux éléments de la nouvelle forme de planification. Des exemples à ce sujet seront à disposition pour toutes les branches sportives dès l'automne prochain.

Ces données serviront à établir le *programme* s'il s'agit d'un camp et le *calendrier* s'il s'agit d'un cours fractionné. Les formules adaptées à la nouvelle forme de planification seront à disposition dès l'automne 1980.

Dans les branches et les cours où le but principal est la technique ou la compétition, il faudra tenir un *contrôle de la matière enseignée* et intercaler des *contrôles de la matière apprise* (tests). Ces deux moyens de vérification sont très importants pour une bonne formation. Il importe également qu'ils ne deviennent pas une fin en soi, mais qu'ils servent à un but plus général.

### Examens facultatifs

Dans le ski par exemple, l'examen de branche sportive remplit fort bien la fonction de contrôle de la matière apprise parce qu'il touche les aspects les plus importants de l'objectif. Il est inutile d'organiser des examens qui sortent du cadre de l'objectif et qui ne peuvent donc pas être préparés.

Cela signifie que la nouvelle structure de J + S permet d'accepter pour les cours de branche sportive des buts qui ne sont pas contrôlables par des examens ou des tests: par exemple les expériences à vivre. Malgré tout, il y a presque toujours un moyen de contrôler s'ils ont été atteints: par exemple la participation à une compétition, le succès d'une démonstration, le fait que l'itinéraire prévu ait été respecté, l'ambiance à la fin d'un camp (expériences vécues).

L'examen de branche sportive est un des moyens pour contrôler si le but a été atteint. Bien qu'il soit facultatif, il devrait continuer à remplir sa fonction dans la majorité des cours. Si des contrôles sont possibles, ils devraient déjà apparaître dans l'idée directrice du programme.



### Facultatif: pour qui?

A l'exemple du ski, nous avons soulevé également la question: qu'est-ce qui peut être «facultatif» et *pour qui*?

L'examen de branche sportive et le test de condition physique ne sont plus obligatoires dans un cours de branche sportive organisé conformément aux prescriptions. Le moniteur doit décider lui-même s'il veut intégrer ces éléments dans son cours. Il est également libre de déclarer l'examen de branche sportive obligatoire ou facultatif pour les participants.

Si le *moniteur* est plus libre dans ses décisions, il doit aussi s'engager davantage.

Il est *responsable* de tous les points du programme envers les participants. J + S n'offre que les possibilités et fixe un cadre plus grand qu'auparavant. Cela signifie que le moniteur peut prendre davantage de décisions en collaboration avec les participants tant que les règles de J + S sont respectées.

## Insignes

La nouvelle structure prévoit toujours les *insignes J+S*. Dans la plupart des branches, il y aura un insigne pour chacun des trois degrés. Les seules choses qui changent sont les conditions pour l'obtention de l'insigne, ainsi que la présentation graphique et la qualité du tissu.

Quant aux *conditions pour l'obtention de l'insigne*, nous vous informerons plus tard à ce sujet, étant donné que toutes les décisions n'ont pas encore été prises. En principe, les insignes devraient représenter un but important et un pôle d'attraction dans chaque branche sportive. Et dans la plupart des disciplines, c'est l'examen de branche sportive qui restera le moyen d'y parvenir.

## Durée des cours

Un autre élément de la conception d'un cours, qui élargit le cadre de la planification, est la réduction de la durée minimale et la prolongation de la durée maximale.

### Durée minimale

- 4 journées ou
- 4 leçons données à quatre jours différents, jusqu'à présent: 4 journées ou 8 demi-journées ou 16 leçons.

La durée minimale des camps reste donc inchangée. La projet initial de fixer la durée minimale à 1 journée a dû être renvoyé à plus tard pour des raisons financières.

Par contre, les cours fractionnés profitent de cette importante réduction de la durée minimale, ce qui permet d'organiser des cours promotionnels, des séances de préparation à une compétition, des tournois de jeu ou des cours trimestriels (par exemple 10 semaines, 1 fois par semaine).

### Durée maximale:

1 année

jusqu'à présent: 9 mois.

Grâce à cette prolongation, il est possible de présenter un programme annuel complet. A ce propos, relevons aussi la possibilité de pouvoir présenter la planification détaillée par trimestre par exemple et des comptes intermédiaires pour avoir les «fonds de roulement» nécessaires.

## La répartition de l'enseignement sur la journée

Nous avons cherché à simplifier ce domaine. La répartition de l'enseignement est un élément du programme qui dépend des buts du cours et de

l'idée directrice du programme, de la disponibilité des participants et des installations, ainsi que d'autres conditions.

Dans la structure de J+S, il faut fixer des limites pour l'indemnisation. Malheureusement, ces limites ont souvent été prises comme «instructions» pour appliquer une répartition bien précise de l'enseignement sur la journée.

Dans la nouvelle structure, on a renoncé à indemniser l'enseignement d'une demi-journée, en se limitant à:

- 1 leçon d'au moins 1h. 30.
- l'activité d'une journée d'au moins 4 heures

Tout ce qui dure entre 1 h. 30 et 4 h. est considéré comme leçon et au-delà de 4 h. comme activité d'une journée.

- Dans des cas particuliers, il est toujours possible d'annoncer des leçons réduites de 45 minutes au minimum.

Le travail a donc été réduit de 6 à 4 heures par jour parce que 6 heures de sport par jour posaient des exigences trop élevées dans la plupart des branches sportives. Un autre point a également été clarifié grâce à cette mesure:

La durée minimale de 1 h. 30 ou de 4 h. représente le *temps effectif* d'enseignement, c'est-à-dire sans compter les activités marginales telles que l'utilisation des douches et vestiaires, les déplacements, les pauses etc.

L'idée n'est toutefois pas d'organiser 4 heures d'enseignement à la file, mais de les répartir sur deux périodes de 2 heures interrompues par une pause pour manger.

Cas normal: 2 heures d'enseignement le matin et 2 heures l'après-midi.

Nous espérons que ce régime élargi incitera à adopter une répartition qui tiendra mieux compte des besoins de la branche et de la situation, plutôt que de l'adapter uniquement à la structure de l'indemnisation, c'est-à-dire aux exigences minimales.

Un subside de camp sera toujours versé s'il faut dormir en dehors du lieu de domicile avant ou après une activité d'une journée.

## Activités complémentaires

Le contenu est inchangé:

- participer à des compétitions et des championnats officiels
- autres activités sportives dirigées
- manifestations servant à informer sur le sport en général
- voyages en groupe nécessaires pour faire du sport dans le cadre du cours

Ce secteur est influencé par la nouvelle répartition de l'enseignement, vu qu'une journée n'est plus l'équivalent de 4 leçons, mais de 2 leçons seulement. Cette modification a l'avantage que la participation à une compétition officielle, en tant qu'activité d'une journée dans le cadre des activités complémentaires, ne pèse plus aussi lourd dans le programme.

Une vive discussion s'est engagée au sujet de la *participation à des championnats* qui doit toujours être insérée dans le tiers réservé aux activités complémentaires. D'après ce qui a été dit précédemment, il serait en principe possible de fixer la participation à un championnat comme but d'un cours de branche sportive et ne devrait par conséquent pas figurer dans les activités «complémentaires».

Toutefois, il est incontestable qu'une grande partie d'un cours de branche sportive doit être consacrée à la *préparation* de la compétition. Ainsi, pour ne pas compliquer la répartition, on a jugé opportun de maintenir la réglementation actuelle.

Il faut toutefois relever que ce système représente quelques inconvénients pour les jeux. Etant obligé, en cas d'une participation à un tour de championnat, d'insérer toutes les rencontres dans le tiers réservé aux activités complémentaires, il leur est pour ainsi dire impossible de varier davantage ce tiers prévu pour compléter l'enseignement dans la branche.

Ce dernier point montre qu'une réglementation simple est souvent peu différenciée et peut entraîner quelquefois des inconvénients.

Nous espérons que ces «sacrifices» en faveur d'une structure générale claire et simple resteront minimes, et que l'espace libéré par la nouvelle forme de planification pourra être utilisée pour promouvoir le sport dans le cadre de J+S.

## La période transitoire

Il est évident que la nouvelle forme de planification ne consiste pas uniquement à supprimer l'examen de branche sportive. Elle est au contraire la somme de différentes mesures. Vu qu'il s'agira notamment d'assurer un travail *judicieux*, l'assistance gagnera en importance. Il est par conséquent inévitable de maintenir les *anciennes règles* de planification jusqu'en automne 1980, lorsque les documents *propres aux différentes branches* seront à disposition et que les experts auront été préparés à leur nouvelle tâche dans les cours centraux. Toutefois, pour faciliter la transition en automne 1980, il est recommandé de se familiariser dès maintenant avec la nouvelle conception, plus précisée avec les buts du cours et l'idée directrice du programme qu'il faudra fixer.