

<b>Zeitschrift:</b>	Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
<b>Herausgeber:</b>	École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
<b>Band:</b>	37 (1980)
<b>Heft:</b>	11
 <b>Artikel:</b>	Le camp : excursions et plein air : ce que nous faisons et ce que nous voulons
<b>Autor:</b>	Witschi, Gerhard / Stierlin, Max
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-997291">https://doi.org/10.5169/seals-997291</a>

### **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:** 06.02.2026

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



## Le camp – excursions et plein air

### Ce que nous faisons et ce que nous voulons

Gerhard Witschi et Max Stierlin

«Excursions et plein air» est l'une des 26 branches sportives appartenant à l'institution «Jeunesse + Sport» (J+S).



Contrairement aux autres branches, elle comprend non seulement une activité purement sportive, mais aussi des activités d'un autre type.

Le cadre propre à une telle diversité est le camp, sa préparation, son exécution et son évaluation.

Le but ultime de la branche «Excursions et plein air» est de toucher la jeunesse dans son ensemble.

Nous voulons lui offrir la possibilité:

- de découvrir ses propres capacités dans tous les domaines (sportif, manuel et autres), de les développer et d'y prendre plaisir
- de vivre simplement et en plein air, de découvrir la nature
- d'augmenter sa force de volonté et sa persévérance
- de développer son autonomie et sa vie sociale
- d'épanouir sa personnalité

Voici ce que nous faisons dans le cadre des camps et le but que nous poursuivons.

### Préparation d'un camp

#### Planification

Planifier un camp signifie:

- déterminer les éléments de base (lieu, date, matériel, possibilités)
- définir les besoins des participants
- élaborer une politique commune aux moniteurs du camp
- déterminer les buts
- réunir des idées
- décider
- choisir un thème
- définir un programme

Il vaut la peine d'associer les participants dès la première phase de planification, car

les moniteurs peuvent:

- connaître les besoins des participants
- recueillir et utiliser leurs idées
- étayer leurs décisions

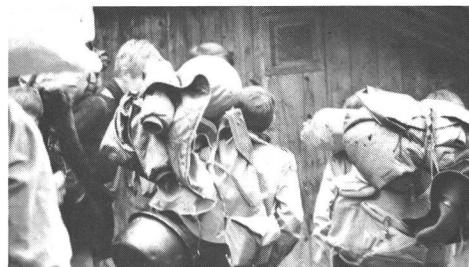
les participants sont:

- mieux motivés
- mieux informés
- mieux engagés
- intégrés



## Organisation pratique

- matériel
- listes d'équipement
- reconnaissance (de la région)
- plan de ravitaillement
- budget
- contrats de location
- achats
- préparation du voyage
- transport des bagages et du matériel
- etc.



A la «coplanification» suit la «copréparation». On peut laisser un domaine à l'entière responsabilité d'un participant ou d'un groupe de participants.

les moniteurs:

- coordonnent
- contrôlent
- conseillent
- aident
- réconfortent
- n'interviennent qu'en cas de besoin
- informent
- motivent

les participants sont:

- actifs
- autonomes
- coresponsables
- en mesure d'éprouver leurs propres capacités

## Autres activités préparatoires

Exercices et entraînement en vue du camp

- entraînement technique, tel que technique de pionnier, orientation, nœuds, voile, dressage de tentes, cuisine, construction de radeaux etc.
- entraînement sportif, tel que course d'orientation, natation, marche, cyclisme etc.

Préparation pratique du camp

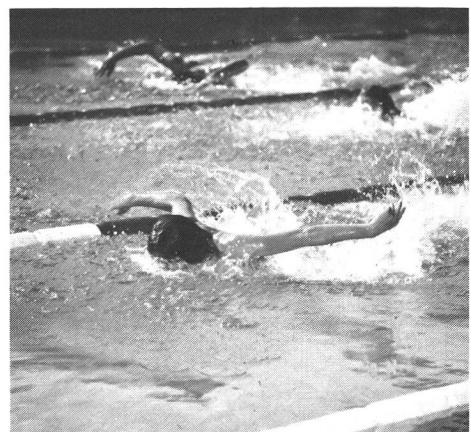
- équipement, vêtements etc. nécessaires au thème fixé pour le camp
- contrôle de l'équipement etc.

Les activités préparatoires pratiques propres au camp et à son thème:

- augmentent la tension de l'attente
- permettent d'assimiler le thème
- stimulent la fantaisie
- préparent moralement et affectivement les participants au camp

Celui qui participe à la planification et à la préparation comprend mieux la nécessité et le bien-fondé de l'exercice pratique.

Les points difficiles à faire admettre sont beaucoup plus aisément assimilés si leur sens et leur but sont reconnus de tous les participants (initiation des débutants, entraînement de la condition physique, exercice de techniques inconnues).



## Le camp

### Thème et devise du camp

par exemple:

vivre en

- chevaliers
- indiens
- trappeurs
- hommes des cavernes
- lacustres
- romains
- gaulois etc.

jouer l'histoire

- Tell
- Livingstone
- Peter Pan
- Robin des Bois etc.

réaliser des thèmes pratiques

- construction de ponts
- orientation
- exploration d'un cours d'eau
- aide à des paysans de montagne
- chilbi de villages (fêtes de sport)
- cirque etc.

Un devise peut aussi être symboliquement adoptée pour tout le camp

- roue
- arbre
- cercle
- chaîne etc.



Les idées, les idéaux et les personnes correspondant à un thème ou à sa devise suscitent non seulement diverses formes de la vie en camp et la reconstitution d'événements et d'histoires. Ils fournissent aussi l'occasion de se familiariser avec la culture, l'histoire et l'arrière-plan intellectuel du thème choisi.

Le jeu est un élément essentiel des sports de plein air. Un thème stimule le jeu véritable. Il devient légitime de «se donner» autrement et, ainsi, de «se vivre» de manière différente. Un thème contribue à abattre les barrières. Les participants perdent la peur qu'ils pourraient avoir de paraître ridicules, puisque tous participent.

Il y a mille thèmes et devises possibles. Ils servent de fil conducteur aux diverses activités du camp. Ils stimulent la fantaisie des participants et des moniteurs et peuvent être une source d'idées.

### L'aller au camp

par exemple:

- voyage organisé
- marche jusqu'au lieu du camp
- tour à vélo jusqu'au lieu du camp
- course ou marche aux postes
- marche en étoile
- jeu de plein air
- etc.

Les buts à atteindre en cours de route peuvent être de:

- rompre le train-train quotidien
- assimiler et adopter le thème
- faire connaissance des autres participants et des moniteurs
- former des groupes, au sein desquels chacun sera actif

C'est souvent lors de l'aller que se jouent toute l'ambiance du camp, l'engagement et la conscience des participants et des moniteurs qu'ils font partie d'une même communauté.



## Construction du camp

Font partie de la construction d'un

### *camp sous tentes:*

- tentes
- cuisine
- tente de séjour
- tente de matériel
- latrines
- mât
- porte du camp
- clôture
- douche, lavabos
- installations de jeux et de sport
- etc.

### *camp sous toit:*

- installation
- décoration
- installations de jeux
- pièces/coins loisirs
- etc.



Moniteurs et participants installent et construisent le camp compte tenu de son thème et de sa devise.

Les idées que chacun se fait de la vie en commun peuvent être traduites en actes.

On «intégrera» le milieu environnant et on le façonnera – pour autant que cela ait un sens – en fonction du thème et des exigences du programme.

Ainsi, des objets de tous les jours prendront une signification nouvelle: ils ne sont plus là, tout naturellement à disposition, mais il faut les fabriquer.

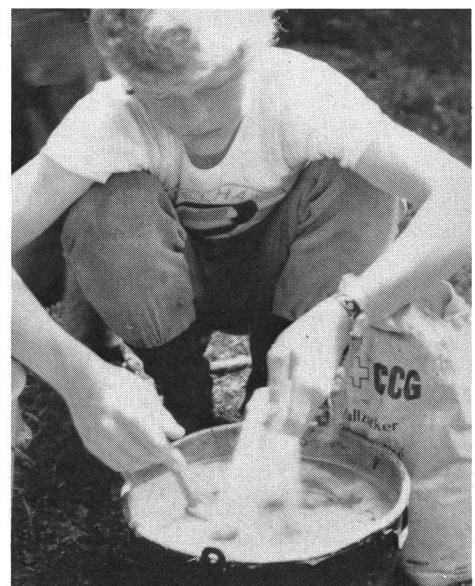
## Règlement de camp

Toute communauté implique un règlement propre, auquel elle se conforme. Ce règlement touche les points suivants:

- sécurité, exclusion de risques
- délimitation de la zone de libre déplacement
- ordre, propreté, hygiène
- matériel

- vivres, cuisine, repas
- poste, colis
- répartition des tâches
- ponctualité (déroulement de la journée, heures de repas)
- mesures pour ne pas se déranger mutuellement ni déranger les autres (repos, sommeil, biens d'autrui, sphère personnelle etc.)
- fumée
- alcool, drogues
- modes de conciliation en cas de conflit
- comportement spécifique au thème du camp (par ex. salut romain, langue etc.)
- tabous particuliers etc.

- visite médicale, correspondance
- début de la journée (par exemple lever du drapeau)
- rétrospective de la journée (appréciation)
- fin de la journée (par exemple chants, feu de camp)
- etc.



Le règlement favorise avant tout une forme authentique de communauté, chacun pouvant individuellement s'y référer. Il devrait résulter d'une conception commune des moniteurs et des participants. Chacun en comprendra ainsi mieux le sens, sera disposé à s'y tenir et à accepter les sanctions éventuelles. C'est une sorte de jeu: le fair play au camp.

Un règlement pose toujours des problèmes si c'est une seule personne qui l'édicte et l'impose. Très vite, il ne s'agit plus de l'infraction même, mais plutôt de contester ou d'éluder l'autorité d'une part ou, de l'autre point de vue, de défendre son prestige de moniteur.

Le règlement peut aussi être solennellement scellé à minuit (on peut, par exemple, l'enterrer).

## La vie de camp

Les activités de base constituent les trois quarts de la vie de camp:

- exercice de sa fonction
- cuisine
- repas
- sommeil
- rangements, nettoyages
- loisirs, repos, jeux



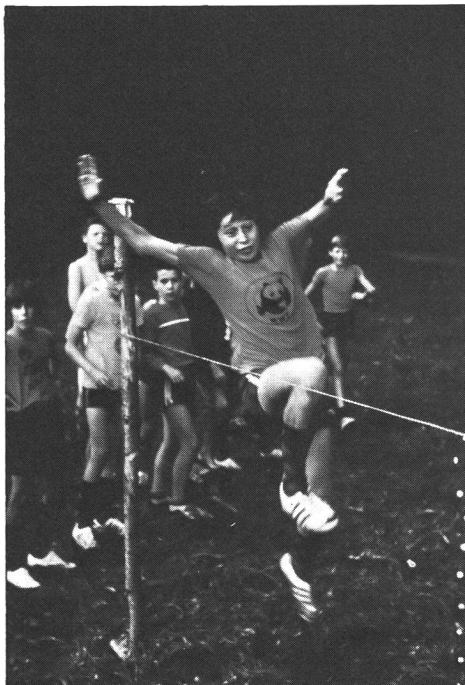
Les activités de base ont une valeur importante même si la plupart des participants n'en ont pas conscience. Elles méritent donc avant tout la considération du moniteur, qui doit leur consacrer, notamment, suffisamment de temps.

Une bonne structure entraîne la bonne humeur par:

- de bons repas, copieux, variés et ponctuels
- un sommeil et un repos suffisants
- une répartition équitable des tâches
- de l'ordre, dans lequel chacun se sent bien, reste propre et retrouve ses affaires
- des informations claires (par affiches ou orales) concernant le règlement, le programme, les fonctions, le comportement à avoir en cas d'urgence etc.
- suffisamment de temps pour pouvoir se retrouver soi-même, pour parler avec d'autres, pour se défouler dans le jeu ou s'occuper d'une manière ou d'une autre, selon son humeur (sans contrainte de groupe)
- une personne de confiance avec laquelle discuter ses problèmes
- l'occasion de s'exprimer sur son vécu, ses désirs et ses besoins (feed back)

## Points fixes du programme

- excursions, randonnées
- courses d'orientation, courses aux postes
- travaux de groupes autonomes (entreprises, projets, actions) dans le cadre du thème du camp
- jeux de plein air
- tournois, journées de sport, olympiades, matches, compétitions
- travaux de pionniers, constructions autres que celle du camp
- etc.



Ce sont là les principaux « morceaux » du programme du camp. Ils correspondent généralement aux points culminants, qui restent des souvenirs vivants.

Toutes ces activités devraient avoir un rapport avec le thème ou la devise du camp. Elles offrent la possibilité aux participants de mobiliser leurs capacités et de les améliorer et, par leur comportement et leur engagement au sein du groupe, de contribuer à un succès. Ceci est également valable pour les accents sportifs principaux.

Selon leur situation et leur maturité, les participants sont plus ou moins intégrés à la planification et à l'exécution du camp. Il faudrait toujours disposer d'une certaine latitude pour que les participants puissent devenir actifs, individuellement ou en groupe.

## Manifestations spécifiques

- ouverture du camp
- feu de camp
- office religieux/recueillement
- soirée de clôture
- journée de visite des parents
- etc.

De telles manifestations peuvent inciter les participants à:

- assimiler le thème
- intérioriser leurs expériences
- s'extérioriser
- écouter les autres
- communiquer
- faire plaisir
- intégrer les autres, les faire participer à leurs propres expériences
- réfléchir aux choses essentielles
- vivre et participer consciemment à la vie collective



## Clôture du camp



- quitter le camp à la marche
- voyage organisé
- jeu de clôture
- excursions en radeau
- quitter le camp par un jeu de plein air
- faire partir de petits ballons à air chaud
- cadeaux d'adieu aux habitants du village
- etc.

## *La dernière impression reste gravée!*

Une clôture de camp doit être:

- un événement-clé
- l'occasion de regarder en arrière
- la conclusion, consciente et tous ensemble, de la vie de camp
- le moment où on se tourne vers l'avenir

## Appréciation

### Pendant le camp

à l'occasion:

- de la fin d'une période d'activités d'une certaine importance
- d'une rétrospective
- des résultats du jour
- d'un bilan intermédiaire en cours d'entreprise, projet ou action

Participants et moniteurs s'interrogent:

- où en sommes-nous?
- que devons-nous faire encore?
- qui a besoin de quelle information?
- qui à besoin d'aide, qui doit être motivé?
- quel comportement faut-il changer?

On planifie et on corrige encore. Il faut avant tout prendre chaque participant au sérieux.

### Après le camp

- soirée photos
- établissement d'un compte-rendu (journal)
- soirée des parents
- remerciements aux personnes qui ont apporté leur aide, leur soutien etc.

- nettoyage et restitution du matériel
- décompte (y compris J+S)
- liquidation des cas d'assurance

Moniteurs et participants déterminent rétrospectivement:

- les points positifs
- les points qui pourraient être améliorés
- des idées pour le camp suivant

On revient toujours aux questions touchant les faits (activité, heure, endroit, exécution, personnes concernées, matériel), de même qu'au comportement, à l'intensité et à la manière dont ils ont été ressentis, tant individuellement qu'au niveau des groupes.

L'appréciation d'un camp constitue la meilleure préparation du prochain!

Il en est ainsi de la question suivante, étroitement liée aux buts de la branche:  
*quelle est la liberté d'action nécessaire à un individu ou à un groupe pour que chacun se réalise, tant au niveau individuel que collectif?*

Cette liberté est source de conflits:

#### Les moniteurs

- désirent un bon fonctionnement
- connaissent les buts qu'ils se doivent d'atteindre
- voudraient répondre, par exemple, aux exigences sportives de J+S, à l'attente des parents etc.
- assument la responsabilité
- doivent garantir la sécurité

#### les participants

- dépendent de leur humeur (d'apathique à exubérante)
- se font une idée différente d'une même chose
- ont une moins bonne vue d'ensemble, ne comprennent pas le sens et le but (exigences trop élevées ou trop faibles; moralement, intellectuellement, physiquement)

Cet antagonisme entre l'attente des moniteurs et l'attitude des participants est particulièrement visible lorsque l'idée que se font les moniteurs de l'intensité et le comportement des participants ne coïncident pas, alors que l'individu ou le membre d'un groupe dispose d'une certaine latitude.

Loin de nous l'idée d'offrir des solutions patentes. Il n'y en a pas. Nous pouvons par contre encourager les moniteurs à prendre malgré tout sur eux le risque de cette liberté et de jouer plutôt avec les antagonismes et les tensions.

Nous tous, animateurs et moniteurs de camps, nous nous situons – face aux problèmes et aux tensions du «risque éducatif» – quelque part entre anarchie et dictature, «laisser faire» et dressage. Nous ne souhaitons aucun de ces extrêmes aux participants de nos camps. Nous leur souhaitons bien plus des moniteurs qui leur accordent sciemment certaines libertés, ni trop grandes – elles ont des exigences trop élevées et elles découragent – ni trop restreintes – elles étouffent toute joie et toute initiative. Il faut de la place pour s'épanouir. Faisons-en à nos jeunes, ne serait-ce que dans le monde des jeux de camp. Nous espérons les aider ainsi à s'ouvrir le plus grand nombre possible de voies, à devenir des hommes à part entière, à trouver l'entourage qui leur convient et à se trouver eux-mêmes.

