

<b>Zeitschrift:</b>	Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport
<b>Herausgeber:</b>	École fédérale de sport de Macolin
<b>Band:</b>	46 (1989)
<b>Heft:</b>	12
<b>Artikel:</b>	Entre la tour d'ivoire et la salle de gym! : Réflexions sur un symposium international consacré à la recherche sur le mouvement
<b>Autor:</b>	Hotz, Arturo
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-998701">https://doi.org/10.5169/seals-998701</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:** 16.01.2026

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

# Entre la tour d'ivoire et la salle de gym!

## Réflexions sur un symposium international consacré à la recherche sur le mouvement

Arturo Hotz

Traduction : Michel Burnand

Le titre choisi se veut un rappel de la large gamme des sujets étudiés dans le cadre d'un excellent symposium organisé par l'Université de la Sarre à Sarrebruck, sous la direction du professeur R. Daugs et consacré à la recherche sur la motricité et le mouvement. Cette rencontre, qui a réuni plus de 400 personnes, a d'une part débouché sur des résultats issus de la recherche scientifique fondamentale – un peu du genre «l'art pour l'art» –, et d'autre part sur des généralisations faites à partir d'expériences personnelles et garantissant donc un lien avec la pratique, sans pour autant être dénuées de fondement théorique. Bien que restreint à «l'apprentissage moteur et l'entraînement technique», le thème n'a pas empêché les exposés et les ateliers d'atteindre une diversité presque trop grande pour être bien appréhendée.

### Manque de portée pratique

En jetant un regard rétrospectif sur un congrès, il faut toujours s'interroger sur son bilan et sur la signification théorique et pratique des connaissances acquises. Si les réponses données à ces questions reflètent souvent le point de vue personnel de l'observateur, le symposium de Sarrebruck permet d'affirmer objectivement qu'il n'existe pas encore de *théorie de l'entraînement technique*. De nouveaux éléments ont certes été découverts dans ce domaine au cours de ces dernières années – ce qui est réjouissant –, mais leur portée pratique n'est pas toujours satisfaisante.

Mentionnons quelques points que le symposium a abordés sans vraiment y trouver de réponse, mais qui donnent un aperçu, si limité soit-il, de sa thématique :

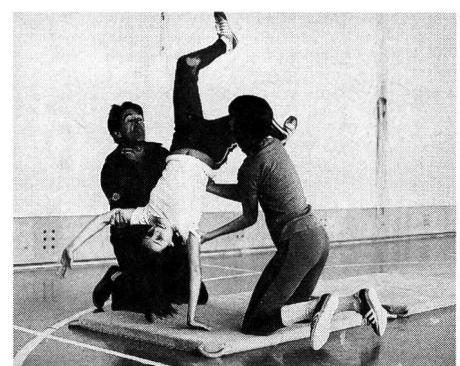
- L'«apprentissage moteur» est-il un terme générique qui recouvre également l'«entraînement technique»?
- Où résident les éventuelles différences entre le processus d'apprentissage et son résultat?
- Le principe de la surcompensation s'applique-t-il également à l'entraînement technique?
- Quels sont les critères (et les connaissances) qui déterminent le dosage de la charge?

- Comment poursuivre le développement des stratégies techniques d'approche?
- Quels sont les «secrets» neurophysiologiques ou relatifs à la psychologie de la motivation qui permettent de faire évoluer la pratique?

Il est certain qu'on va continuer à se poser nombre de questions. Les scientifiques (du sport) poursuivront leurs recherches, mais on souhaite qu'ils ne se limitent pas aux seuls domaines qui cadrent bien avec leurs démarches méthodologiques éprouvées. Les praticiens attendent de nouvelles impulsions et espèrent que leurs problèmes réels feront aussi l'objet d'un projet en matière de sciences sportives, car ils sont trop souvent livrés à eux-mêmes dans l'évaluation de leurs expériences.

### Acquérir – appliquer – compléter

Dans un exposé très remarqué, Dietrich Martin, de l'Université de Kassel, mentionnant quelques caractéristiques d'une théorie scientifique de l'entraînement technique, a commencé par en indiquer les lacunes les plus importantes dans les domaines du dosage de la charge et de la périodisation. Il entend par «bonne technique» l'application variable de mouvements optimaux, dans un enchaînement correct sur le plan de la biomécanique. Dans ce sens, il distingue d'une part la capacité technique parfaite, caractérisée par un degré de maîtrise qui garde une certaine stabilité même dans un contexte dynamique; d'autre part, la virtuosité, marquée notamment par une concrétisation bien adaptée à la situation. Il propose un système progressif à trois paliers: acquisition, application et optimisation (entraînement complémentaire). L'objectif de la première phase: l'acquisition de la technique, consiste en une stabilisation de schèmes de base, que le sujet devrait déjà être en mesure de réaliser dans des conditions pas très faciles, grâce à des exercices en séries et à un «apprentissage à outrance». Au cours de cette démarche, l'important est d'intégrer ces schèmes dans le potentiel des qualités physiques et des qualités de coordination, car c'est là une condition essentielle de l'application technique qui lui fait suite. Cette deuxième phase est axée sur l'acquisition d'une habileté stable qu'il s'agit d'appliquer sous différentes formes, en fonction de la situation. Le principe consiste, ici, à rechercher d'abord la précision, puis la vitesse et la variation. Enfin, l'entraînement complémentaire technique vise à développer encore davantage les deux éléments de la «bonne technique», à savoir la stabilité et la qualité. A cette fin, on utilisera de manière spécifique les moyens didactiques et méthodologiques que sont la variation créative, la combinaison multiple et inhabituelle ainsi que la répétition consciente. A ce niveau, il est souhaitable d'exécuter des exercices d'imitation qui contribuent à stabiliser les programmes de mouvements acquis, soit sur le plan de la structure, soit sur celui de la forme, selon la situation. Après chaque séance d'entraînement technique, il faut laisser un temps suffisant pour la récupération et la consolidation.



tion technique qui lui fait suite. Cette deuxième phase est axée sur l'acquisition d'une habileté stable qu'il s'agit d'appliquer sous différentes formes, en fonction de la situation. Le principe consiste, ici, à rechercher d'abord la précision, puis la vitesse et la variation. Enfin, l'entraînement complémentaire technique vise à développer encore davantage les deux éléments de la «bonne technique», à savoir la stabilité et la qualité. A cette fin, on utilisera de manière spécifique les moyens didactiques et méthodologiques que sont la variation créative, la combinaison multiple et inhabituelle ainsi que la répétition consciente. A ce niveau, il est souhaitable d'exécuter des exercices d'imitation qui contribuent à stabiliser les programmes de mouvements acquis, soit sur le plan de la structure, soit sur celui de la forme, selon la situation. Après chaque séance d'entraînement technique, il faut laisser un temps suffisant pour la récupération et la consolidation.

### Efficacité des films didactiques techniques

On dit, certes, qu'il n'y a rien de plus pratique qu'une bonne théorie. Cependant, une «bonne» théorie n'est utile que si elle ne comprend pas seulement des explications scientifiques, mais qu'elle contribue réellement et fondamentalement à mettre en évidence le lien existant avec la pratique. Il reste pas mal à faire pour répondre à cette exigence légitime, y compris dans le domaine de la production des films didactiques: dans ce secteur, qui jette judicieusement un pont entre la théorie et la pratique, quelques Suisses ont pris une part très active à la réussite du symposium. Une délégation de l'Ecole fédérale de sport de Macolin (EFSM) a dirigé un atelier ayant pour objectif d'élaborer et de discuter un profil et un niveau des exigences des films didactiques techniques. La présentation des dernières réalisations vidéo de l'EFSM a montré une fois de plus que celle-ci continuait à jouer les premiers rôles dans ce domaine en Europe, grâce à la compétence de ses collaborateurs et à l'excellence de ses moyens techniques. ■