

Zeitschrift: Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport
Herausgeber: École fédérale de sport de Macolin
Band: 49 (1992)
Heft: 4

Artikel: L'athlétisme et les jeunes, aujourd'hui et demain!
Autor: Weber, Rolf
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-998033>

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: 09.01.2026

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



L'athlétisme et les jeunes, aujourd'hui et demain!

Rolf Weber, chef de la branche sportive J+S Athlétisme à l'EFSM
Traduction: Yves Jeannotat

Rolf Weber est chef de la branche sportive J+S Athlétisme. Mais cette fonction, qu'il assume à l'Ecole fédérale de sport, n'est pas la seule. Après avoir œuvré durant de longues années au sein même des instances dirigeantes de la Fédération suisse d'athlétisme, il a acquis d'une part les connaissances internes qui lui permettent de bien comprendre le mécanisme de cette importante institution, mais il est en outre en mesure de suivre son évolution puisqu'il est resté engagé dans sa structure en tant que conseiller de discipline (haies).

Cela dit, sa qualité de maître de sport lui permet, en plus, d'apprécier le rôle éducatif que doit garder le sport tout au long du parcours qui mène de la prime enfance au sommet de la pyramide. «Son étude», déclare Georges Kennel, président de la FSA, «reflète très exactement les préoccupations de l'athlétisme helvétique pour une protection raisonnable de l'enfance, sans que soit barré pour autant – bien au contraire – le chemin qui mène sainement à la haute performance!»

Cette remarque confirme qu'on ne s'est pas seulement contenté de bonnes intentions, à la FSA, comme on aurait pu le craindre un temps, mais que l'on a fait ce qu'il fallait pour s'engager activement dans une nouvelle direction. (Y.J.)

L'âge de participation au Mouvement Jeunesse + Sport (J+S) doit être incessamment abaissé, on le sait, de 14 à 10 ans. Cette décision implique une véritable remise en question de la formation des moniteurs. Les essais faits dans presque tous les cantons par le biais des «programmes annexes» ayant été couronnés de succès, je me suis fixé pour tâche d'étudier de façon approfondie leurs «contenus» et leurs structures. En ce qui concerne plus particulièrement l'athlétisme, l'élargissement de la matière d'enseignement vers le bas va exiger, plus que dans beaucoup d'autres branches sportives peut-être, une adaptation minutieuse non seulement des programmes d'enseignement mais, également, des conceptions pédagogiques qui y président.

Actuellement, on est en train de rédiger un nouveau manuel d'enseignement destiné aux écoles alors que, pour sa part, la Fédération suisse d'athlétisme déploie de grands efforts pour mettre au point des formes de compétition adaptées à l'âge des pratiquants. Grâce à ces

deux éléments notamment, l'athlétisme se voit offrir la chance unique d'appliquer concrètement à grande échelle les connaissances les plus récentes issues de la théorie. Il est très réjouissant de constater que la collaboration avec les différents groupes de travail engagés dans la réalisation de ce projet n'est pas seulement «possible», mais «excellente». Ce fait devrait apporter l'assurance que toutes les institutions impliquées de près ou de loin dans la pratique de l'athlétisme, se situent au même niveau et qu'elles accepteront donc d'accorder leur enseignement comme il se doit.

En fait, la situation n'est pas si nouvelle qu'on pourrait bien le penser. Que ce soit à l'école ou dans les sociétés sportives, en effet, on a déjà couru, lancé et sauté avec des jeunes des classes d'âge concernées. Il existe même une réglementation des compétitions qui leur sont destinées. On peut donc logiquement se poser la question de savoir ce qui doit être changé! «Pourquoi» faut-il changer quelque chose et «comment» cela doit-il être fait? Pour répondre en connaissance de cause, il convient de procéder d'abord à une analyse critique, mais objective, de la situation telle qu'elle se présente à l'heure actuelle.

Situation actuelle

Les enfants et les adolescents

Au cours de ces dernières décennies, la société de consommation a exercé des effets considérables sur le comportement général de l'individu et profondément modifié ses besoins. En ce qui concerne le sport, on souhaite s'adonner à des activités de plus en plus excitantes, tournées vers l'aventure et cela, dans toute la mesure du possible, sans être contraint d'adhérer à un club, donc d'entrer dans une structure. En outre, pour beaucoup, ces sujets centraux que sont la santé, la performance, la drogue (dopage) exercent une influence indiscutable, au moment du choix, tout comme les impressions décrites et enflées, souvent, par les médias. Aujourd'hui, de nombreux adolescents pratiquent plusieurs sports parallèlement ou successivement, ce qui a pour conséquence qu'une discipline est de plus en plus rarement apprise correctement et à fond (voir aussi sous «école»). Dans ce cas, tout devant aller vite, on croit tout à coup être capable d'atteindre à la maîtrise (forme finale) de celle que l'on a retenue en dernier ressort alors que la base (forme élémentaire) fait défaut.

L'école

Aujourd'hui, l'éducation physique à l'école ne satisfait plus entièrement à sa mission première qui est d'éduquer au

sport et par le sport, de transmettre une expérience variée du mouvement, d'initier à ces activités clés que sont la course, les sauts, les lancers, la natation, la gymnastique et les jeux d'équipe. Sur ce point, la formation sportive donnée par le corps enseignant ne correspond pas entièrement aux besoins des élèves. Au contraire, elle s'oriente toujours plus en direction de la détente et des petits jeux, l'athlétisme continuant toutefois à servir de référence pour l'attribution de notes. Les spécialités accessibles dans le cadre du «sport libre à l'école» constituent pourtant, partiellement du moins, des exceptions qui méritent d'être mentionnées.

Jeunesse + Sport

Le Mouvement J+S donne un peu l'impression de suivre l'évolution en clopinant. Les «programmes annexes», mis au point par les cantons, s'adressent parfois à des enfants dès l'âge de 7 ans, alors qu'une formation de moniteur adaptée fait encore défaut, même si elle a été envisagée, voire entreprise ici ou là. Heureusement, l'EFSM a réagi avec promptitude pour tenter, après examen approfondi, de parvenir à élaborer une structure unifiée. Dans la branche athlétisme, la situation paraît d'ores et déjà claire, concrète, et les problèmes qui se posent inévitablement sont analysés à tous les niveaux.

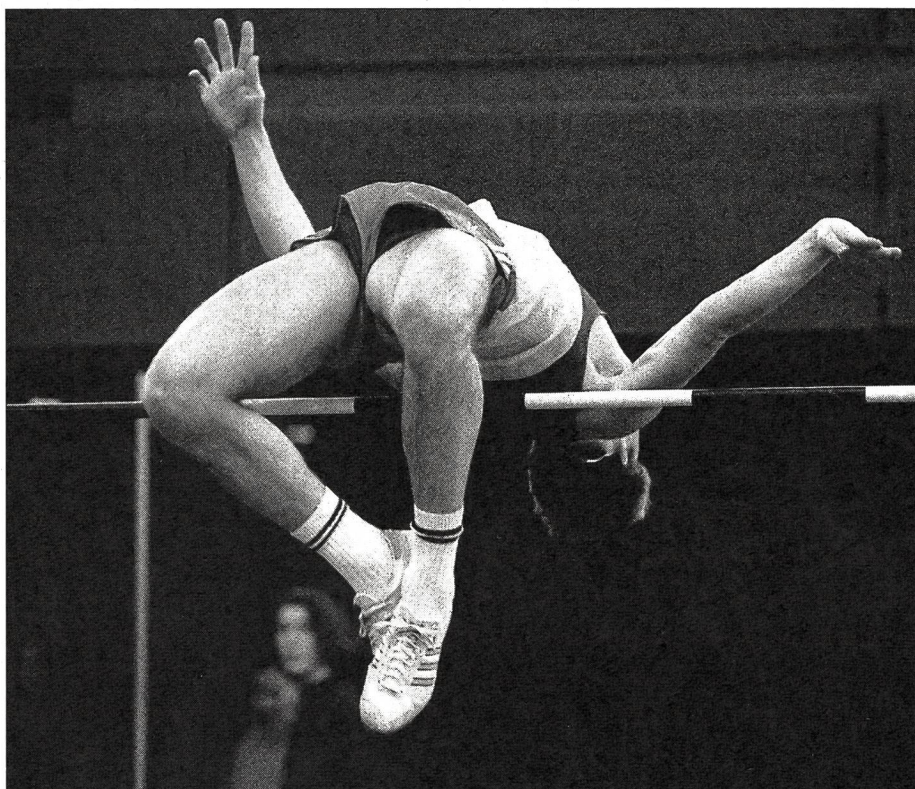
La société sportive

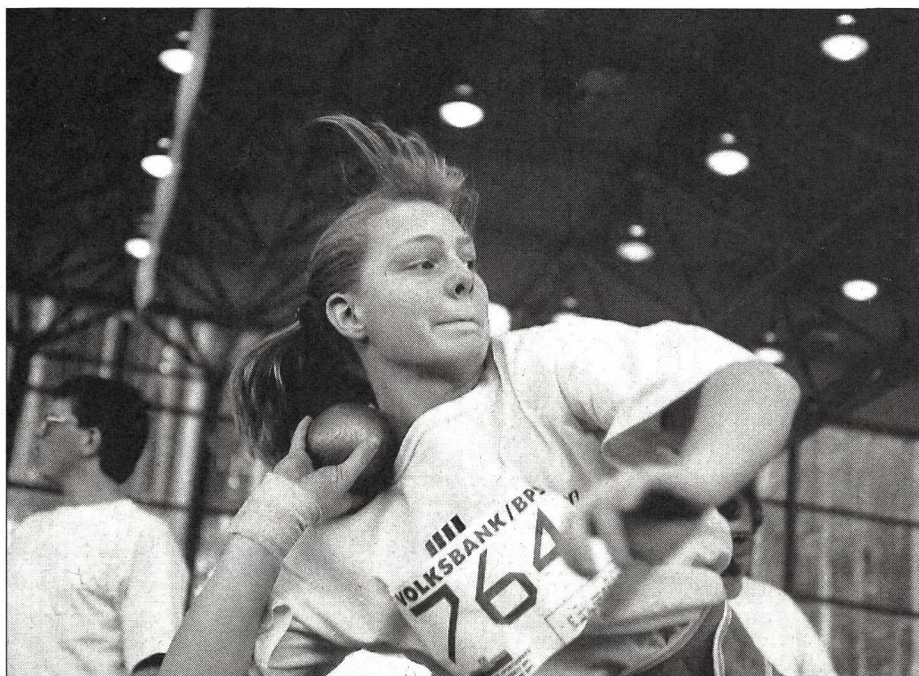
Faute de disposer d'une formation adéquate, beaucoup de moniteurs et d'entraîneurs de sociétés sportives continuent à former les jeunes qui leur sont

confiés sur la base de ce qu'ils ont appris autrefois et, aussi, à partir de leur unique et propre expérience. La plupart du temps, le produit qui en résulte équivaut à un entraînement d'adultes en réduction. Ce problème est encore aggravé par le fait que les enfants qui s'inscrivent dans les clubs sont toujours plus jeunes et que, par conséquent, ils ne disposent que d'une expérience du mouvement très réduite (voir aussi sous «école»). Il y a, ainsi, opposition entre ce qui devrait être réellement enseigné et l'envie marquée qu'ont les jeunes – tout comme leurs moniteurs, il faut bien le reconnaître – de faire réellement de l'athlétisme au sens premier du terme. En plus, force est d'admettre, aussi, que la compétence des cadres impliqués à ce niveau laisse, parfois, fortement à désirer.

L'association cantonale

Au sein des associations cantonales, on dispose de responsables des concours nationaux destinés à la jeunesse (CNJ). Ils ont pour mission de mettre sur pied des formes de compétition correspondant à la classe d'âge concernée (dès 8 ans). Ce point mis à part, aucun responsable du Mouvement Jeunesse + Sport, des écoliers ou des cadets n'est consulté, ce qui donne une certaine fragilité à cette structure. Dans quelques cantons toutefois, on prend soin d'organiser des compétitions conformes à l'âge des participants, notamment en ce qui concerne le choix des disciplines inscrites aux programmes. L'âge avançant, les adolescents bénéficient de possibilités accrues de participer à des en-





Jeunesse + Sport

Jeunesse + Sport sera, à l'avenir, responsable de la coordination dans la formation des moniteurs. Le contenu des nouveaux programmes d'enseignement est défini et la refonte des structures assurant le bon fonctionnement du système est terminée. Le manuel du moniteur a été revu et il a été conçu de façon à compléter au mieux le livre utilisé dans les écoles. Il a été rédigé en collaboration avec la Fédération suisse d'athlétisme et on y trouve les éléments fondamentaux tout autant que la matière donnant accès à la spécialisation en athlétisme au niveau des enfants et des adolescents. Les examens de la branche sportive ont été repensés et complétés par les «tests du mouvement».

La société sportive

Le visage des sociétés sportives s'est profondément modifié au cours de ces dernières années. Les clubs se sont, en effet, fortement ouverts, notamment vers toute une série d'activités annexes pour la jeunesse, vers l'entraînement dit «santé» ou de loisirs également. Les municipalités leur apportent un soutien financier (rémunération des moniteurs) et matériel (infrastructure, installations, équipements, salles, etc.). Les moniteurs de société sont préparés de telle sorte qu'ils puissent affronter avec succès les tâches qui les attendent auprès des jeunes, et cela en fonction de leur âge.

L'entraînement orienté vers l'athlétisme de compétition, tel qu'il existait jusqu'à ce jour, a été maintenu, mais il est dorénavant assorti d'une ouverture en direction du sport populaire.

L'association cantonale

Dans chaque association cantonale, on trouve maintenant un responsable J+S. Il est tenu de travailler en étroite collaboration avec le Service cantonal J+S. Il est notamment chargé d'assurer la formation et le perfectionnement des moniteurs de même que d'organiser des camps d'entraînement pour les jeunes et les espoirs.

Quant au chef des concours nationaux de jeunesse, il reste en place. Il lui appartient de mettre sur pied des compétitions adaptées autant aux classes d'âge qu'aux groupes de performance. Il est également l'homme de liaison entre la Fédération nationale et les sociétés lors de la conception de nouveaux projets en faveur de la relève et des espoirs.

La fédération nationale

L'engagement de différents groupes de travail constitués a porté ses fruits: Le «Règlement sur l'organisation des compétitions» a été systématiquement

L'avenir

Les enfants et les adolescents

Si le plan de travail qui vient d'être exposé suit son cours, les enfants et les adolescents vont alors être en mesure de bénéficier d'une information sportive progressive et correspondant aussi bien à leurs besoins qu'à leur âge. La pratique simultanée ou successive de différents sports leur sera rendue possible grâce à la compréhension et à la collaboration des sociétés sportives. La «santé» sera un élément central de l'enseignement sportif, tout comme la prévention contre la drogue.

L'école

L'enseignement du sport à l'école est appelé à être fortement revalorisé. Grâce à l'acquisition d'une expérience du mouvement aussi large que possible et grâce à l'apprentissage de ces activités de base que sont la course, les lancers, les sauts, la natation, la gymnastique, etc., de même que par l'accès à différentes formes de jeu, les jeunes devraient pouvoir augmenter considérablement leur potentiel. Les «tests du mouvement» (dits aussi, parfois, «tests cinétiques») intégrés dans les nouveaux livres d'enseignement de l'éducation physique à l'école et portant sur la course, les sauts et les lancers permettront d'assurer un contrôle systématique et de donner la motivation nécessaire à un entraînement régulier.

Les élèves qui finiront par montrer un intérêt soutenu pour l'athlétisme seront alors dirigés, par les maîtres d'éducation physique, vers les sociétés sportives locales spécialisées. Ce procédé devrait permettre de créer des liens entre l'école et les clubs.

traînements en commun. Quoi qu'il en soit, ce que l'on peut constater en conclusion, c'est que, la plupart du temps, la notion de «compétition» reste beaucoup trop marquée dans presque toutes les associations, au niveau des écoliers.

La fédération nationale

La Fédération suisse d'athlétisme ne s'est pour ainsi dire pas préoccupée, jusqu'à aujourd'hui, des classes d'âge qui vont de 10 à 14 ans, si ce n'est en leur proposant un petit registre de compétitions et une publication (en allemand seulement). Les «plans d'entraînement annexes», lancés avec succès il y a quelques années, ne concernent que les jeunes de 14 ans et plus. On le voit, l'athlétisme juvénile traditionnel suisse manque presque totalement d'assises. Mais deux groupes de travail sont à l'œuvre depuis 1990 pour tenter de combler cette lacune. Ils ont notamment pour mission de définir une nouvelle philosophie englobant ce que l'on appelle la «relève», lui faisant une place de choix tout en revoyant à fond le «règlement sur l'organisation des compétitions» en ce qui la concerne. Actuellement, un troisième groupe de travail s'attache à mettre au point une série de versions du programme de compétitions tel qu'on le connaît à l'heure actuelle.

Si les responsables des milieux scolaires, de Jeunesse + Sport et de la Fédération mettent leurs forces en commun – et ce semble devoir être le cas –, un virage important pourrait être pris dans un proche avenir. Disons plutôt, pour rester réalistes, «à moyen terme», avec une première étape vers 1995 et une seconde, définitive, aux alentours de l'an 2000.

Processus d'entraînement à long terme: répartition des tâches

Institutions et tâches Catégories ↓	Ecole: Enseignement obligatoire et polysportif	Société (J+S): Participation volontaire à une formation sportive	Fédération
8/9 ans Ecoliers/ères C	Acquisition des mouvements de base relatifs à la course, aux sauts et aux lancers. «L'athlé- tisme par le jeu!»		
10/11 ans Ecoliers/ères B		Renforcement de la struc- ture des mouvements rela- tifs à la course, aux sauts et aux lancers. «L'athlétisme par le jeu!»	
12/13 ans Ecoliers/ères A		Passage harmonieux à l'«entraînement de base».	
14/15 ans Cadets/tes B		Entraînement varié et ciblé des différentes disciplines de l'athlétisme. «Entraînement de base».	
16/17 ans Cadets/tes A		Entraînement orienté vers la performance dans les différen- tes disciplines de l'athlétisme; début partiel de la spéciali- sation. «Entraînement de consolidation».	
18/19 ans Juniors: garçons et filles			Entraînement orienté vers la compétition et la perfor- mance; spécialisation. «Entraînement de perfor- mance».

Diagramme de classification des sports :

- Axes :**
 - Ages** (axe vertical descendant)
 - Temps consacré à l'entraînement/ Niveau de performance** (axe horizontal vers la droite)
- Classification des sports :**
 - Loisirs/sport populaire :**
 - jogging
 - sport pour tous
 - Sport de performance/de haute performance :**
 - équipe nationale
 - réunions de niveau international



adapté aux connaissances les plus récentes et les «tests du mouvement», nouvellement introduits, sont de plus en plus appréciés. Un très large éventail de formes de compétition et de concours multiples simplifiés va permettre à celles et à ceux qui sont moins doués ou peu intéressés par la performance de faire également de l'athlétisme avec plaisir. La formation et le perfectionnement des moniteurs ont été, pour leur part, améliorés à partir du modèle J+S. La chose a été possible grâce à une excellente collaboration avec l'EFSM. Enfin, dans le domaine du soutien à apporter aux jeunes qui se destinent à la haute compétition, une série de projets devraient permettre aux plus doués, garçons et filles, de combiner favorablement les exigences de leur carrière sportive avec celles de leur formation scolaire ou professionnelle.

Le tableau synoptique qui accompagne ce texte fera mieux comprendre la répartition des tâches dans l'évolution du processus d'entraînement à long terme en athlétisme. ■