

<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>	54 (1997)
<b>Heft:</b>	1
<b>Artikel:</b>	Pour une démarche didactique spécifique aux sports de neige : apprendre à glisser, à jouer avec les carres et à virer
<b>Autor:</b>	Hotz, Arturo
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-997953">https://doi.org/10.5169/seals-997953</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:** 16.02.2026

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

## Pour une démarche didactique spécifique aux sports de neige

# Apprendre à glisser, à jouer avec les carres et à virer

Arturo Hotz

Traduction: Dominique Müller

Photos: Daniel Käsermann



Le skwal, un terme synonyme de «sport de neige».

**L'automne passé, un groupe composé d'une équipe de démonstration, de maîtresses et de maîtres de classe, d'experts issus de l'Interassociation ainsi que des promoteurs du «Projet de manuel pour l'enseignement des sports de neige en Suisse» (PULS en allemand) s'est réuni à Zermatt. Son but: permettre aux participants de se familiariser, aussi bien sur les pistes qu'autour d'un bon feu de cheminée, avec les idées directrices du futur manuel didactique, actuellement en cours d'élaboration.**

La nouvelle conception de ce manuel d'enseignement s'articule autour de quatre modèles partiels qui, une fois réunis, forment un tout. Chacun de ces modèles correspond à l'un des quatre éléments techniques de base.

Pour l'instant, la nouvelle conception comporte:

- un modèle destiné à l'activité des apprenants: «Percevoir-Intégrer-Réaliser»;
- un modèle destiné à l'activité des enseignants: «Observer-Evaluer-Conseiller»;
- un modèle pour le dialogue apprentissage-enseignement: «Acquérir-Appliquer-Créer»;
- un modèle d'enseignement intégré: «Ambiance-Méthodologie-Technique».

### Modèle pour l'activité des apprenants: «Percevoir-Intégrer-Réaliser»

Il n'y a pas d'apprentissage sans informations. L'apprenant a donc besoin de vecteurs lui permettant de progresser dans son processus d'apprentissage. Pour cela, il dispose de deux solutions:

- soit il reçoit ces informations directement, par exemple sous forme de conseils prodigués par une personne qualifiée;
- soit il doit les acquérir par lui-même, par exemple en observant un modèle ou en étudiant la configuration du terrain.

Ces vecteurs, qui visent finalement à acquérir, appliquer et créer des habiletés spécifiques aux sports de neige, sont appelés «informations pertinentes». Il s'agit donc, pour les apprenants, d'apprendre à utiliser ces informations pertinentes. Malheureusement, l'apprenant qui ne parvient pas à percevoir, à comprendre ni même à ressentir ces informations n'en tirera aucun bénéfice.

Nous retenons que:

- les informations pertinentes doivent d'abord être perçues et intégrées.

En admettant que les apprenants aient perçu ces données, ils ne sont pas encore en mesure de les appliquer, ce qui devrait pourtant être leur objectif. Ces informations doivent donc, après réception, être

mises en relation avec ce qu'ils ont déjà appris, c'est-à-dire par exemple, avec leurs expériences, leurs émotions, mais aussi avec l'opinion qu'ils se sont déjà forgée à ce sujet.

En résumé les apprenants doivent:

- intégrer ces informations pertinentes de façon appropriée et utilisable.

Une fois que ces informations ont été reçues et intégrées de façon appropriée, il s'agit ensuite de les transposer concrètement.

Nous retenons que:

- ces informations pertinentes doivent être transposées de manière efficace.

*En résumé: ces informations pertinentes doivent être d'abord perçues, puis intégrées pour être enfin réalisées avec succès.*

### Modèle pour l'activité des enseignants: «Observer-Evaluer-Conseiller»

L'enseignant spécialisé dans les sports de neige doit lui aussi gérer des informations pertinentes. S'il désire acquérir ces informations, il doit avant tout observer. Ce travail d'observation correspond à la perception de l'information, raison pour laquelle elle doit elle aussi être élaborée: pour l'enseignant, cela consiste essentiellement à classer les informations pertinentes en fonction de critères préétablis. Les enseignants doivent juger les apprenants selon leur comportement en situation. Partant de ce principe, les enseignants sont maintenant aptes à conseiller les apprenants de façon optimale dans leur processus d'apprentissage.

Nous retenons: l'activité de l'enseignant spécialisé dans les sports de neige consiste à:

- observer
- évaluer et
- conseiller

*Le travail d'observation, d'évaluation et de conseil constitue l'un des aspects essentiels de la formation.*

### Modèle pour le dialogue apprentissage-enseignement: «Acquérir-Appliquer-Créer»

Après avoir constaté que, dans l'enseignement, les informations pertinentes constituent une sorte de «fil rouge», il s'agit maintenant de structurer l'enseignement sous la forme d'un échange d'informations, qui a lieu sous forme de dialogue entre l'enseignant et l'apprenant. Nous avons structuré ce processus complexe en un modèle à trois niveaux, qui devrait permettre de faire ressortir à la fois les activités d'apprentissage de l'apprenant et les objectifs fixés par l'enseignant. A un premier niveau, il s'agit pour l'apprenant d'acquérir en permanence de nouvelles habiletés et de les stabiliser en vue d'accéder à une étape ultérieure. Du point de vue de l'enseignant, il s'agit principalement de transmettre des pré-requis.



*Vreni Schneider, experte dans l'art de la glisse, du jeu avec les carres et du virage.*

Nous retenons que:

- au premier niveau, il s'agit pour l'apprenant d'acquérir et de stabiliser ses connaissances, tandis que l'enseignant vise à inculquer des pré-requis simples et applicables individuellement.

Une fois les habiletés techniques de base acquises et stabilisées dans un modèle cinétique, elles peuvent être expérimentées de façon variée et de ce fait, développées puis stabilisées.

### **Nous retenons que:**

- au deuxième niveau, il s'agit pour l'apprenant d'«appliquer et de varier» les habiletés acquises, tandis que l'enseignant vise à «multiplier et à diversifier» les situations dans lesquelles elles pourront être mises en pratique, de la façon la plus appropriée possible.

Au niveau supérieur, l'objectif consiste à perfectionner les aptitudes acquises. Par perfection, on entend également donner à l'apprenant les moyens d'exploiter entièrement son potentiel technique et créatif.

**Nous retenons que:**

- au troisième et dernier niveau, il s'agit pour l'apprenant de «créer et de compléter» les habiletés, tandis que l'enseignant vise pour sa part à «encourager la créativité», de manière aussi individualisée que possible

### *En résumé:*

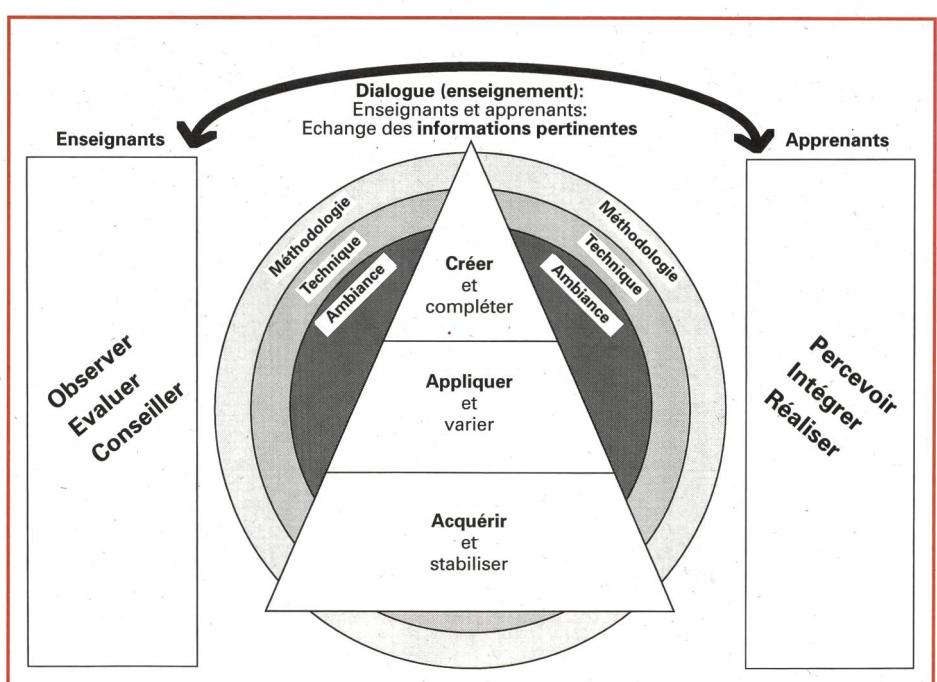
- premier niveau du dialogue enseignement-apprentissage: «Acquérir et stabiliser» – «Inculquer des pré-requis»;
  - deuxième niveau du dialogue enseignement-apprentissage: «Appliquer et varier» – «Offrir de la variété»;

de façon optimale, les habiletés fondamentales propres aux sports de neige. En premier lieu, il s'agit de créer, autour de l'élève, une ambiance propice à l'apprentissage: l'enseignement est un «événement social», raison pour laquelle il importe d'intégrer aussi des facteurs émotionnels, afin que l'apprenant se sente à l'aise et revienne avec plaisir. Dans le cadre de cette «philosophie globale de l'enseignement des sports de neige», trois aspects s'imposent:

- l'enseignant se caractérise par un «message technique»: il sait et il est capable de démontrer comment maîtriser les exigences techniques propres aux sports de neige;
  - l'enseignant se caractérise par un engagement interpersonnel, ce qui se traduit aussi par un engagement méthodologique: il sait et il est capable de transmettre un message technique à des apprenants;
  - l'enseignant se caractérise enfin par son aptitude à créer, pour chaque apprenant, une ambiance propice à l'apprentissage.

Ces trois aspects sont en étroite corrélation: le «message technique» en tant que contenu de l'enseignement et la «psychologie interpersonnelle» en tant que méthodologie sont au service d'une «conception de l'enseignement axée sur l'ambiance» (dimension de l'objectif).

*Sous cet angle, l'«ambiance» constitue la réponse à la question «pourquoi?» et la «technique» la réponse à la question «quoi?»; cette question «quoi» doit être en étroite corrélation avec la question «comment» – c'est-à-dire avec la méthodologie – pour être utile à l'«ambiance» et contribuer ainsi, de manière significative, à augmenter la qualité du cours.*



### *Vue d'ensemble du modèle d'enseignement.*

## Les quatre éléments de base de la coordination («Modèle de résistance»)

Celui qui tend à chercher, dans les sports de neige, les points communs et non les différences, constate rapidement que sur le plan technique, l'élément essentiel réside dans la confrontation avec la résistance de la neige.

Comment peut-on interpréter cette résistance?

«Nous cherchons la résistance de la neige» lorsque nous désirons améliorer notre sécurité (d'équilibre), lorsque nous ressentons le besoin de réduire notre vitesse et d'opposer une résistance à notre course. Nous générerons de nous-mêmes une certaine résistance (de freinage), en plaçant, d'une façon ou d'une autre, notre engin en travers de la piste:

nous cherchons la résistance de la neige et nous la trouvons en engageant les carres.

«Nous surmontons la résistance de la neige» lorsque nous la minimisons (en nous efforçant de réduire au maximum la résistance de frottement), c'est-à-dire lorsque nous positionnons notre engin à plat. En le plaçant de la sorte (sans aucune prise de carre), nous surmontons la résistance de la neige, soit en épousant la ligne de la pente soit en sautant.

«Nous tirons profit de la résistance» en cherchant, le long de la trajectoire dessinée par les carres, à appliquer sur l'engin la pression nécessaire pour atteindre la résistance minimale suffisante pour pouvoir déclencher le virage ou sauter.

*Il apparaît ainsi clairement pourquoi le guide pratique propre aux disciplines*

*sportives de neige ou de résistance se doit – en vue du «modèle cinétique de base» qu'il s'agit d'acquérir – d'inculquer les moyens, ou plus précisément les aptitudes*

- *de glisser (pour descendre avec un minimum de résistance);*
- *de jouer avec les carres (pour exploiter la force de pression);*
- *de virer (pour basculer) et de prendre son appel (pour sauter).*

Pour enseigner aux enfants ces trois étapes – c'est-à-dire «rechercher», «utiliser» et «surmonter» la résistance de la neige –, il n'est pas nécessaire d'élaborer des exercices compliqués. La meilleure solution consiste à leur offrir des contextes d'apprentissage appropriés. Lorsque les conditions environnementales s'y prêtent, les élèves trouvent souvent d'eux-mêmes les ressources utiles et nécessaires pour résoudre une tâche ou un problème donné, quel que soit l'engin qu'ils apprennent à maîtriser. Or, si cet apprentissage est directement inculqué par l'enseignant, il sera dès lors impossible à l'apprenant de trouver les réponses par lui-même, car sa curiosité naturelle, son envie d'acquérir une compétence et de parvenir aux résultats souhaités sont anesthésiés. Un enseignement omniprésent peut réduire la créativité à néant.

L'enseignement et l'apprentissage des sports de neige consistent donc à promouvoir des stratégies permettant, quelles que soient les circonstances et quel que soit l'engin employé, de résoudre des tâches et des problèmes. Pour cela, il est nécessaire de posséder avant tout des aptitudes au niveau de la coordination, afin de pouvoir apprendre à maîtriser des exigences imposées par l'extérieur ou par soi-même.

De l'acquisition des compétences à la gestion de celles-ci, tout le processus d'apprentissage vise à acquérir une parfaite maîtrise de soi, maîtrise qui, combinée avec des habiletés correspondantes, permet de gérer le (dés)équilibre dans des situations de sports de neige dynamiques et dans le cadre des limites propres à chacun. ■



Le modèle cinétique «prendre son appel» peut conduire au saut.



**Centre de sport  
et de détente**  
**berner  
oberland** **Frutigen** 800 m d'alt.



Information: Office du tourisme CH-Frutigen Ø 033 6711421, Fax 033 6715421 – 180 lits, un grand nombre de dortoirs de douze et six personnes. Salles de séjour. Installations de sport: piscine couverte et piscine à ciel ouvert, terrain de football, court de tennis, salle de musculation et de fitness, minigolf. Sol synthétique pour: handball, basketball, volleyball et tennis. Pension complète à partir de **Fr. 37.-**. Idéal pour **camp de sport et de marche, camp de ski**.