

Zeitschrift:	Mobile : la revue d'éducation physique et de sport
Herausgeber:	Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école
Band:	2 (2000)
Heft:	4
Rubrik:	Échos

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: 11.01.2026

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

Gymnastique appropriée

Les élèves genevois ont bon dos

Dans la Cité de Calvin, quelque 300 élèves peu ou pas sportifs du tout sont encouragés à fréquenter les cours «Education/Prévention» et «Aquagym/Natation» pour améliorer leur posture. Ces leçons sont préparées et données par des maîtresses et maîtres d'éducation physique diplômés de l'enseignement secondaire.

Christiane Mastrangelo

Outre l'alimentation, le sommeil, les loisirs et le sport, la santé de l'enfant en pleine croissance passe par le soin consacré à la spécificité du dos. Combien de fois par jour faut-il répéter des remarques comme «Tiens-toi droit!», «Redresse la tête», «Tire les épaules en arrière!»? L'enfant interpellé soulève un instant son invisible fardeau et se courbe aussitôt: il n'en peut plus, le pauvre! Le dos rond est pourtant la conséquence d'une faiblesse musculaire généralisée qui provoque l'exagération des courbures normales de la colonne vertébrale. En effet, c'est pendant la période délicate de la croissance que peuvent se manifester des déséquilibres posturaux (épaules et tête en avant, courbures exagérées, asymétrie, etc.). C'est aussi à ces moments-là qu'il faut se montrer particulièrement attentif au développement équilibré de l'enfant. Savoir réagir et... agir afin que ces attitudes ne se fixent pas ou ne deviennent douloureuses plus tard.

Notre société ne cesse d'évoluer. Les loisirs actifs n'ont plus tellement la «cote» auprès de certains jeunes qui affectionnent plus particulièrement le farniente et la sédentarité avec la télévision et les activités multiples qu'elle génère (jeux vidéo) de même que l'informatique et ses possibilités fantastiques de relâchement... L'effort physique volontaire fait de plus en plus défaut, surtout à ceux qui devraient justement prendre conscience que «bouger» devient une nécessité. Chacun sait pourtant que l'être humain est fait pour se mouvoir. Encore faut-il le faire correctement. Pour s'asseoir par exemple, une bonne chaise ne suffit pas: il faut faire les bons gestes. Il en va de même pour le sac à dos. Il est si lourd parfois qu'il faut aussi

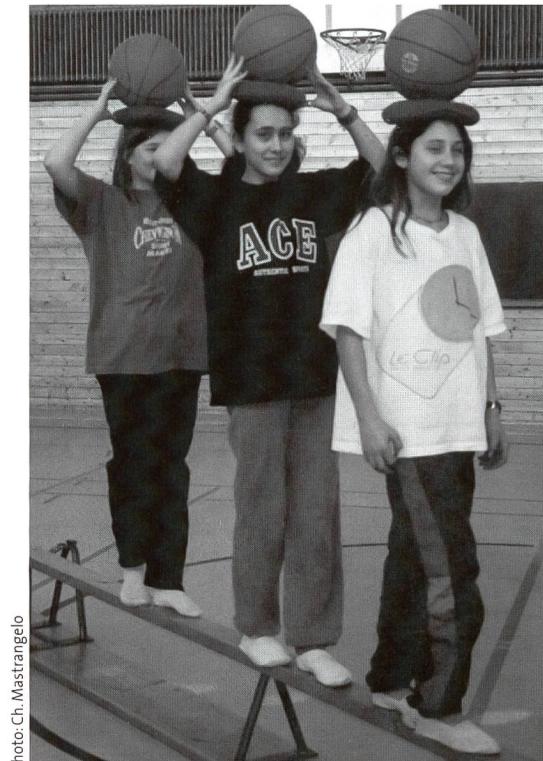


Photo: Ch. Mastrangelo

apprendre à le porter pour éviter que les mauvaises habitudes ne s'installent et fassent mal un jour.

Les exemples ne manquent pas et l'enfant en pleine croissance sera encouragé à comprendre et à construire son bien-être par la santé du dos, entre autres. Il faut envisager à cet effet toutes sortes d'activités appropriées et surtout rendre l'enfant touché par quelques faiblesses musculaires plus maître de lui-même en toute circonstance de la vie quotidienne, jusqu'à la

pratique inconsciente et automatique de la bonne posture.

A Genève, les objectifs réalisés ont été bénéfiques dans la majorité des cas et ce par l'offre d'un cours de base hebdomadaire, voire bihebdomadaire durant toute l'année scolaire. Dans certains cas, il pouvait même se prolonger sur une année supplémentaire.

Par une gymnastique appropriée donnée régulièrement, l'élève devient peu à peu autonome et parvient, de temps en temps, à se sculpter un dos d'Apollon. ■

Le petit film vidéo «Le singe debout ou question de posture» réalisé par TVCO permet aussi de sensibiliser chacun à l'importance que revêt le dos. Ce film de 8 min. peut être emprunté au CRPD, case postale 241, 1211 Genève 8. Tél. 021/327 77 21.

«Education physique à l'école»

Plein succès pour le nouveau manuel didactique

Très bien accueillie par les enseignants, la nouvelle série des manuels d'«Education physique» a été diffusée à plus de 100 000 exemplaires et plusieurs volumes sont déjà en cours de réimpression.

Walter Bucher

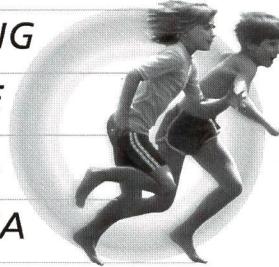
ancée depuis peu sur le marché, la version allemande des nouveaux manuels est introduite par étapes successives. La traduction française du 6^e et dernier volume (y compris le cahier sportif) vient d'être achevée et devrait être imprimée, une fois les dernières corrections effectuées, dans le courant de l'été 2000. La version italienne, dont la traduction est en cours, est prévue quant à elle pour la fin de l'année 2000. Les romanches, qui ont également émis le souhait d'avoir une version dans leur langue, verront leur vœu exaucé: la CFS a donné son accord à ce projet, qui est soutenu financièrement par la Lia Rumantscha et le canton des Grisons.

Annexes et supports didactiques

Le besoin de disposer d'annexes didactiques s'est manifesté dès la conception des manuels ainsi que dans les différents cours d'introduction. Or il a été décidé de se limiter à la conception des manuels et de déléguer la publication des matériaux didactiques à d'autres institutions, comme l'ASEP, par exemple. Cette démarche, qui s'est heurtée à des difficultés financières, a été reprise par des initiatives personnelles et a finalement abouti à la création de différents supports didactiques, à savoir:

- Une vidéo – en allemand uniquement – sur le thème de la danse, qui complète le manuel d'«Education physique» (M. Bischof; R. Ferrari; R. Leuenberger). Cette vidéo est distribuée par l'Institut du sport et des sciences du sport, Bremgartenstrasse 145, 3012 Berne; elle est vendue au prix de Fr. 33.–.
- Une musique d'accompagnement pour le manuel d'«Education physique» (M. Bischof; J. Baumgartner; U. Müller). Ce CD constitue un support utile pour appliquer les contenus de la brochure 2 «Vivre son corps, s'exprimer, danse» (présente dans les manuels 2 à 6) de façon vivante et ludique et accompagner les élèves dans la réalisation d'expériences motrices variées. Il est en vente au prix de Fr. 24.– à l'adresse suivante: Verlag Baumberger & Müller c/o Druckerei Studer AG, Burghaldenstrasse 4, 8810 Horgen.
- Un support didactique pour la natation (éditeur: CFS; auteurs: J. Baumberger; U. Müller). Les supports didactiques proposés jusqu'ici pour mieux comprendre la théorie (en

SPORTERZIEHUNG
EDUCATION PHYSIQUE
EDUCAZIONE FISICA
EDUCAZIUN FISICA



français: «Balle didactique» et «Boussole didactique», en allemand seulement: «Didaktische Landkarte») sont maintenant complétés par un «Support didactique pour la natation» (pas encore traduit en français). Ces documents facilitent dans une large mesure la planification, la réalisation et l'évaluation de l'enseignement de l'éducation physique et peuvent être utilisés à tout moment dans la pratique. Ils sont en vente, au prix de Fr. 8.– à l'adresse suivante: Office fédéral des constructions et de la logistique (OFCL), 3003 Berne.

Le support didactique pour la natation, conçu pour compléter le volume 4 du manuel d'«Education physique», est un projet pilote. Il sera décidé, après évaluation par le groupe d'auteurs, s'il est judicieux de l'intégrer dans les autres manuels. Il est prévu, dans une étape ultérieure, de procéder à la traduction de cette annexe didactique.

Distribution des documents

Il n'a malheureusement pas été possible, jusqu'à présent, de regrouper la vente des différents compléments didactiques et celle des manuels auprès d'un seul et même distributeur. Les personnes intéressées peuvent toutefois se procurer les manuels et les compléments didactiques auprès de certaines éditions scolaires régionales, grâce à un accord sur le droit de revente conclu entre ces dernières et l'OFCL. Il convient pour cela de s'adresser directement aux éditions scolaires cantonales.

Perspectives

Réalisé dans un esprit démocratique, le travail de développement consacré à la conception des manuels s'est avéré très satisfaisant et a permis de procéder aux ajustements nécessaires. Les feed-back formulés lors des cours d'introduction aux manuels, en Suisse romande comme en Suisse alémanique,

sont encourageants. La forme «ouverte» du concept suscite un écho favorable. Les compléments didactiques sont l'objet d'une forte demande. Fidèle à l'esprit dans lequel il a été conçu, le manuel entend rester «en mouvement».

La conception des manuels, qui se présente sous forme de classeurs, permet une mise à jour permanente par l'apport de corrections, d'ajouts (p. ex. mise à jour des sources bibliographiques), d'annexes (par exemple le «Support didactique pour la natation» intégré au volume 4), etc. Tous les enseignants et les enseignantes sont invités à collaborer à la conception et à l'amélioration du manuel et à faire part de leurs suggestions à Cornel Fuchs, secrétaire général de la CFS, 2532 Macolin ou directement au responsable du projet, Walter Bucher, Weiherstrasse 13, 9305 Berg SG (fax 071/455 11 32, e-mail: bupro@bluewin.ch).

m

Des corrections?

Il est possible que, en dépit des efforts déployés par les auteurs, les correcteurs et les rédacteurs lors du contrôle final, certaines erreurs aient échappé à leur vigilance. Puisque chaque nouvelle édition d'un volume permet de procéder à des corrections et à des améliorations, nous serions reconnaissants à tous les utilisateurs des manuels de bien vouloir communiquer les éventuelles erreurs au responsable du projet, Walter Bucher, à l'adresse suivante: Weiherstrasse 13, 9305 Berg SG (fax: 071/455 11 32).

Procédure à suivre: photocopier la page concernée, souligner la faute et effectuer la correction.

Les études de sport en Suisse

L'éducation physique et le sport pour profession

En Suisse, les filières d'études propres au domaine de l'activité physique, du sport et des sciences du sport sont en pleine transformation.

Le processus de changement qui caractérise actuellement la formation des enseignants et des enseignantes a également des répercussions sur les études et la formation professionnelle dans le domaine du sport.

Walter Mengisen

On constate d'une façon générale que, dans le domaine du sport et de l'éducation physique, les études vont dans le sens d'une intégration dans les filières habituelles des universités, des hautes écoles spécialisées et des hautes écoles pédagogiques, avec les diplômes et titres correspondants. Il convient toutefois d'établir une distinction entre les études universitaires en éducation physique et en sciences du sport d'une part, qui n'incluent pas de formation professionnelle spécifique, et la formation des enseignants et des enseignantes d'autre part.

Les études universitaires en éducation physique et sciences du sport

Les études de licence débouchent sur une licence en éducation physique et sciences du sport; cette discipline peut être accomplie soit comme branche principale soit comme branche secondaire. Les études comportent quatre semestres d'études générales de base et quatre semestres d'études spécialisées. Ce cursus universitaire, qui ne donne pas lieu à une qualification professionnelle, met avant tout l'accent sur des matières scientifiques et des matières traitant de la technique sportive. Le volet scientifique représente, en proportion, environ le double de la partie technique. Ces études peuvent être actuellement suivies dans les universités de Lausanne et de Berne (comme branche secondaire) ainsi qu'à l'EPF de Zurich.

La formation des enseignants et des enseignantes

Pour le degré primaire, la formation des enseignants et des enseignantes s'effectue dans une haute école pédagogique, l'éducation physique étant enseignée en tant que branche ordinaire, au même titre que les autres branches (une parmi dix branches environ).

Pour le degré secondaire I, la branche éducation physique s'inscrit dans le cadre d'un diplôme pluridisciplinaire (quatre à cinq branches). Cette branche comporte des ma-

tières portant sur les sciences du sport, la pratique sportive, et la pratique professionnelle. Les études, qui durent entre six et huit semestres, peuvent être suivies dans les universités de Fribourg, Neuchâtel, Lausanne, Genève, Bâle, Berne, St-Gall et Zurich.

Pour le degré secondaire II, les études s'effectuent généralement dans deux branches. Pour être habilité à enseigner, il faut avoir suivi une formation scientifique attestée par un titre universitaire (licence ou diplôme). Cette formation dure généralement de deux à quatre semestres. Ce type de formation peut – ou pourra bientôt – être suivie à Lausanne, Genève, Bâle et Berne.

La formation dispensée par la Haute école spécialisée fédérale de sport de Macolin (HESS)

Cette formation est ouverte aux candidats ayant obtenu une maturité professionnelle. Les études, dont la durée s'étend sur six semestres, englobent des matières consacrées

aux sciences du sport, à la pratique sportive ainsi que des options professionnelles. Les études sont attestées par un diplôme en sport HES (haute école spécialisée); elles permettent en premier lieu d'exercer une activité professionnelle, en tant que spécialiste, dans des secteurs d'activité extra-scolaires; elles donnent aussi la possibilité d'enseigner l'éducation physique et le sport dans des écoles professionnelles.

Les anciennes études débouchant sur le brevet fédéral de maître d'éducation physique et de sport I et II (mono-branche) continueront d'être proposées dans les universités de Bâle et de Berne ainsi qu'à l'EPF de Zurich jusqu'à ce que les nouvelles structures soient mises en place, ce qui est prévu pour l'année 2005.

Il sera également possible, dans les nouvelles structures de formation, de poursuivre des études post-grades en éducation physique et en sciences du sport qui mèneront soit à des domaines extra-scolaires soit à des études de doctorat.

Les centres de formation en bref

Université de Genève

Ecole d'éducation physique et de sport, 4, rue de Candolle, 1211 Genève 4. Tél. 022/705 77 22, fax 022/ 32024 10. E-mail: sports@unige.ch. Internet: www.unige.ch/sports

Université de Lausanne

Institut des sciences du sport et de l'éducation physique, Villa des sports, Dorigny, 1015 Lausanne. Tél. 021/692 21 80 (le matin), fax 021/692 21 55. E-mail: letizia.potenza @ueraps.unil.ch. Internet: www-ssp.unil.ch/~ISSEP/licence.html

Office fédéral de sport Macolin

Haute école spécialisée fédérale de sport de Macolin (HESS), 2532 Macolin. Tél. 032/327 62 54, fax 032/327 63 56. E-mail: office @efhs.bfh.ch. Internet: www.baspo.ch. Internet: www.baspo.ch

Université de Bâle

Institut für Sport, St. Johannvorstadt 25, 4056 Bâle. Tél. 061/267 30 56, fax 061/267 13 14. E-mail: monika.sutermeister@unibas.ch. Internet: www.unibas.ch/sport

Université de Berne

Institut für Sport und Sportwissenschaft, Bremgartenstrasse 145, 3012 Berne. Tél. 031/631 83 21, fax 031/631 46 31. E-mail: issw@issw.unibe.ch. Internet: www.issw.unibe.ch

Ecole fédérale polytechnique de Zurich

Institut für Bewegungs- und Sportwissenschaften, ETH-Zentrum, 8092 Zurich. Tél. 01/632 42 32, fax 01/632 11 42. E-mail: grand@sport.ethz.ch. Internet: www.ibsw.ethz.ch