

<b>Zeitschrift:</b>	Mobile : la revue d'éducation physique et de sport
<b>Herausgeber:</b>	Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école
<b>Band:</b>	5 (2003)
<b>Heft:</b>	5
<b>Rubrik:</b>	Opinions

### 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:** 12.01.2026

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

## Différencier davantage les cadres d'application

**J**e lis toujours avec intérêt «mobile», dont j'apprécie particulièrement le degré d'approfondissement. Dans le cadre d'une critique qui se veut constructive, je me permets de vous envoyer ces quelques lignes pour vous rendre attentifs à un aspect que j'ai relevé dans plusieurs numéros de votre revue.

Souvent, les articles relatifs au thème principal ne prennent pas en compte les différents cadres dans lesquels le sujet (l'enfant, la jeune fille, l'adolescent) évolue. Pour ce qui concerne le numéro 2/03 qui analysait la force, je crois que la distinction entre le cadre scolaire et celui sportif de société n'a pas été assez soulignée.

Monsieur Zahner dans l'encadré «Quelques chiffres» (p. 11) parle, pour les enfants de 6 à 13 ans, de 2-3 séances d'entraînement par semaine d'une durée de 20 à 30 minutes. Scénario facilement réalisable dans le cadre sportif... alors que chaque enseignant de l'école obligatoire sait qu'il est impensable, même impossible.

Il serait intéressant et formatif si à l'avenir «mobile» fournissait des exemples très pratiques auxquels Monsieur Zahner fait référence à la page 9: «L'idée d'un entraînement de la force moderne, ludique et en même temps très pointue est malheureusement encore peu répandue. A mon avis, cela résulte surtout d'une ignorance généralisée des formes d'entraînement adaptées aux enfants.»

Cette information plus spécifique et différenciée selon le cadre d'application serait clairement à l'avantage de nos élèves qui peut-être ne se verront plus obligés d'affronter des leçons d'éducation physique dans lesquelles les limites du bon sens sont dépassées.

L'exemple suivant s'est déroulé dans une école primaire tessinoise, dans les classes III, IV et V. En novembre 2002, première séance: parcours de huit postes (six dédiés à la force et deux consacrés à la résistance aérobique), temps d'effort 3 minutes. A: couché, position, ballon médical appuyé sur la poitrine et tenu avec les deux mains, lever et baisser successivement la balle. B: barres, hauteur au-dessus de la tête, suspendus, traction des bras pour arriver avec la tête au-dessus de la barre, mouvement continu de traction et de relâchement, etc.

Même lieu et mêmes classes, mars 2003, deuxième séance: même chose que ci-dessus.

Malheureusement ce qui résulte à la fin n'est pas un renforcement musculaire... mais une grande douleur pour quelques jours.

Marco Knecht

Professeur de didactique de l'éducation physique à l'Haute école pédagogique de Locarno

## La paix des dimanches après-midi

**J**e me souviens d'un dimanche bien tranquille au bord d'un terrain de football de campagne. Un dimanche ordinaire, de ceux qui se déroulent dans tous les coins de la Suisse chaque fin de semaine. Match correct, ambiance bon enfant autour du terrain. Et puis, soudain, sans que personne ne comprenne vraiment pourquoi, tout bascule: une faute grossière d'un joueur, deux adversaires qui se précipitent sur lui, les coups et les insultes qui fusent, l'arbitre dépassé, les spectateurs médusés, le match interrompu...

J'ai bien essayé de comprendre ces événements grotesques, de me dire que sur un terrain comme dans la vie les coups de colère existent, peut-être encore intensifiés par l'effort physique et l'enjeu présumé, mais je n'en suis toujours pas revenu. Ce jour-là, sans que rien ne le laisse présager, c'était la guerre version football. Comme si soudain, tous les bons côtés d'un dimanche après-midi sportif s'étaient transformés en cet exutoire de la violence que les «anti-sportifs» viennent parfois critiquer.

Puis je me suis souvenu de mes années de junior de football. «L'agressivité», que l'entraîneur disait en frappant du point sur la table de massage, «c'est primordial!» Mais jusqu'à quel point? «On va réduire l'adversaire en bouillie», aimait-il répéter. «On va lui faire mordre le gazon, on va lui faire comprendre qui on est.»

Et si, à force d'abreuver les sportifs de discours belliqueux et de références guerrières, on en venait à créer les conditions parfaites pour que ces débordements surviennent? Et si, au lieu de faire du sport un espace de joie et de partage, certains entraîneurs et parents construisaient de toutes pièces un environnement malsain? A l'instar par exemple de ce qui vient de se passer au Québec, où la ligue provinciale de hockey juniors a dû sévir pour contenir les joueurs trop nerveux et les parents qui se battaient dans les tribunes ou sur les parkings de patinoires.

Devenu vieux et presque sage, je me dis que la responsabilité des éducateurs dans ce domaine est décidément capitale. Apprendre aux jeunes sportifs à relativiser, à canaliser et à positiver cette agressivité essentielle dans le sport et à maintenir le côté ludique de cette activité plutôt que de les envoyer sur le champ de bataille. Prévenir les débordements plutôt que de jouer les effarouchés par la suite.

Je sais que la plupart font un travail admirable en ce sens, que le sport est merveilleux et que les débordements restent des exceptions. Quant à ceux qui persistent et aux sportifs trop nerveux, qu'ils trouvent un bon moyen de se défouler, mais qu'ils ne viennent pas déverser leur trop-plein d'agressivité sur les terrains de jeu!

D'Artagnan

