

**Zeitschrift:** Mobile : la revue d'éducation physique et de sport  
**Herausgeber:** Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école  
**Band:** 6 (2004)  
**Heft:** 4

## **Inhaltsverzeichnis**

### **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:** 28.01.2026

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

Chères lectrices,  
chers lecteurs,

qui fait du sport fume moins; qui fait du sport boit plus ou moins selon la discipline pratiquée. Une étude approfondie a enfin permis d'évaluer de manière objective le rôle que joue le sport dans la prévention des toxicomanies. Cela devrait mettre fin aux diverses spéculations formulées aussi bien par les partisans du sport que par ses détracteurs.

Les résultats de cette étude publiés à la page 44 du numéro démontrent comment la pratique sportive peut ou pourrait influencer la consommation de substances stupéfiantes, même si cette influence ne se manifeste pas de manière spontanée et automatique. En d'autres mots, la pratique d'une activité sportive ne garantit pas en elle-même une absorption moindre de tabac, d'alcool ou de cannabis. Celui qui affirme le contraire méconnaît la réalité des faits et exagère les effets positifs du sport sur les habitudes de vie.

Pour espérer exploiter les opportunités offertes par le sport, nous devons créer des conditions optimales et un encadrement favorable. Tous les acteurs qui participent à la mise en scène des activités sportives sont impliqués et doivent assumer leurs responsabilités: dirigeants de sociétés sportives, maîtres d'éducation physique, entraîneurs et moniteurs ont une fonction d'exemple; leur comportement irréprochable influence positivement les habitudes de vie des jeunes sportifs. Un environnement sportif sain auquel le jeune puisse s'identifier pleinement s'avère très efficace dans la prévention des toxicomanies.

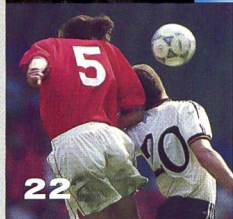
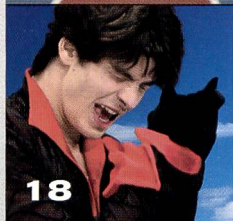
L'activité sportive est pour le jeune un passe-temps qui devrait lui permettre de récolter d'importantes expériences de vie, de manière ludique et insouciance: accepter les transformations de son propre corps, nouer des liens, apprendre à affronter des obstacles et relever des défis sont quelques-unes des tâches qui s'offrent au jeune. Le sport influence favorablement la capacité de résoudre des problèmes de développement, surtout s'il permet de vivre de l'intérieur des expériences de succès. La confrontation directe avec les bienfaits de l'activité physique améliore la confiance en ses propres compétences et, du même coup, la propension à se soumettre, aussi dans le futur, à des efforts physiques. Par conséquent, le bien-être ressenti après la pratique d'une activité sportive se répercute positivement sur l'état émotionnel immédiat et favorise une stabilité émotionnelle à long terme.

Faisons en sorte que le sport permette aux jeunes de vivre des expériences positives, de se sentir acceptés dans un groupe, de participer aux décisions et d'exprimer leurs propres opinions. De cette manière, nous exploiterons l'effet «stupéfiant» du sport – du moins – nous réduirons l'en-  
vie de consommer tabac, alcool et cannabis.

Nicola Bignasca  
mobile@baspo.admin.ch



Photo: Daniel Käsemann



# mobile

La revue d'éducation physique et de sport

## Sauts

Sauter permet d'échapper à la gravitation. Les enfants possèdent dans leur répertoire les activités bonds, sautillés, rebonds au même titre que la marche ou la course. D'ailleurs chaque pas n'est-il pas un petit saut?

En sport, les modalités sont multiples et répondent à des objectifs différents, entre esthétisme et performance.

- 6 Ouverture
- 8 Pied-de-nez à la gravité – Sauter, comment, pourquoi?  
Véronique Keim
- 10 Retour aux sources – Sauts athlétiques à l'école  
Roland Gautschi
- 12 Formes de tests – Qualité et précision revalorisées
- 14 Bourse aux idées – S'amuser en l'air
- 16 Compétition et esprit d'équipe – La «Kids Cup erdgas»
- 18 Patinage artistique – L'envol de Stéphane Lambiel  
Véronique Keim
- 22 Sports collectifs – Prendre le dessus  
Véronique Keim
- 26 Perche à l'école – Décoller comme une fusée  
Véronique Keim
- 28 Sauter à l'anglaise – Rope skipping pour tous  
Stefan Lerch, Ralph Hunziker

### Abonnement en légère hausse

#### En 2005, «mobile» refait son numéro!

L'année prochaine, le prix de l'abonnement à «mobile» augmentera légèrement, pour passer de 35 à 42 francs. Une hausse relativement modeste compte tenu de la richesse de la revue. «mobile» a été régulièrement étoffé ces dernières années: vous y trouvez plus de pages, plus de rubriques, des suppléments réguliers et le bulletin d'information de l'ASEP – tout cela pour un prix inchangé depuis 1999.

Le renchérissement du papier et l'augmentation des frais de port nous obligent à revoir le prix de l'abonnement annuel légèrement à la hausse (+ sept francs). Le rythme de parution – six numéros par année – restera le même. Quant à l'adhésion au mobileclub, qui permet de profiter de nombreuses offres à prix réduit, elle est maintenue à 15 francs. La modification apparaîtra sur votre prochaine facture.

Qu'on se le dise! «mobile», toujours attaché à transmettre une information de qualité, se réjouit de continuer à vous informer sur la pédagogie du sport et à vous faire part des dernières connaissances en matière d'activité physique et sportive.

■ Abonnement annuel: Fr. 42.–/€ 36.–

■ Abonnement annuel + cotisation au mobileclub: Fr. 57.–/€ 46.–



# Ecole dans la neige



Offres des remontées  
mécaniques dans les  
Grisons pour les écoles.



Entrer dans les sports d'hiver  
avec des prix attrayants et  
un enseignement pratique  
de qualité.



Offres «all inclusive» qui  
rapprochent l'école du  
monde de la neige.



Bergbahnen Graubünden  
CP 63, CH-7031 Laax  
Téléphone +41 (0)81 936 61 81  
Fax +41 (0)81 936 61 82  
[info@bergbahnen-graubuenden.ch](mailto:info@bergbahnen-graubuenden.ch)  
[www.bergbahnen-graubuenden.ch](http://www.bergbahnen-graubuenden.ch)



«mobile» (depuis 1999) est née de la fusion des revues «Macolin» (depuis 1944) et «Education physique à l'école» (depuis 1890).

## Directeurs de la publication:



Office fédéral du sport (OFSPO), représenté par Heinz Keller, directeur

Association suisse d'éducation physique à l'école (ASEP), représentée par Joachim Laumann, président

## Coéditeur



Le Bureau suisse de prévention des accidents bpa est notre partenaire pour toutes les questions de sécurité dans le sport.

## Rédacteur en chef

Nicola Bignasca (NB)

## Comité de rédaction

Barbara Boucherin, Adrian Bürgi, Marcel Favre, Erik Golowin, Arturo Hotz, Andres Hunziker, Bernard Marti, Walter Mengisen, Bernhard Rentsch, Rose-Marie Repond, Max Stierlin, Peter Wüthrich

## Rédacteurs

Véronique Keim (vke), rédaction française; Lorenza Leonardi (lle), rédaction italienne; Roland Gautschi (gau), rédaction allemande.

## Photographe

Daniel Käsermann (dk)

## Traducteurs

Dominique Müller, Nicole Buchser, Nathalie Deville, Christian Marro, Yves Jeannotat, Marianne Gattiker, Bernard Gex-Fabry/cb service

## Adresse de la rédaction

«mobile», OFSPO, 2532 Macolin, Tél.: ++41 (0)32 327 64 18, Fax: ++41 (0)32 327 64 78, E-mail: mobile@baspo.admin.ch, www.mobile-sport.ch

## Graphisme et prépresse

agenturtschi, Soodstrasse 53, Postfach, 8134 Adliswil 2, www.agenturtschi.ch

## Régie des annonces

Zollikofer AG, Alfred Hähni, Riedstrasse 11, 8824 Schönenberg, Tél.: ++41 (0)1 788 25 78, Fax: ++41 (0)1 788 25 79

## Impression

Zollikofer AG, Fürstenlandstrasse 122, 9001 St. Gallen, Tél.: 071 272 77 77, fax: 071 272 75 86

## Enregistrement des abonnés et changements d'adresse

Zollikofer AG, Leserservice, Fürstenlandstrasse 122, 9001 St. Gallen, Tél.: 071 272 74 01, fax: 071 272 75 86, E-mail: mobileabo@zollikofer.ch

## Prix de vente

Abonnement annuel (6 numéros): Fr. 35.- (Suisse), € 31.- (étranger), mobileclub: Fr. 15.- Au numéro: Fr. 10.-/€ 7,50 (+porto)

## Reproduction

Les articles, les photos et les illustrations publiés dans «mobile» sont soumis à droits d'auteur. Ils ne peuvent être reproduits ni copiés même partiellement sans l'autorisation de la rédaction. La rédaction décline toute responsabilité concernant les textes et photos non commandés qui lui sont adressés.

## Tirage

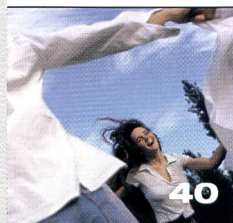
Edition en français: 3184 exemplaires  
Edition en allemand: 10 233 exemplaires  
Edition en italien: 1515 exemplaires

ISSN 1422-7851

## Séries

### 40 Sport et thérapie (3) – Menace aigre-douce

Ralph Hunziker



## Rubriques permanentes

### 30 bpa – Le talon d'Achille des sportifs

René Mathys

### 33 Parutions nouvelles

### 35 «sporttip one» – Le nouveau pari sportif

Janina Sakobielski

### 37 mobileclub

### 39 L'esprit olympique à l'école – Nouveau support didactique

Lorenza Leonardi

### 42 Interview – Serguei Bubka, tsar des airs

Lorenza Leonardi

### 44 Sport et prévention – Des chiffres éloquentes

Nicola Bignasca, Anton Lehmann

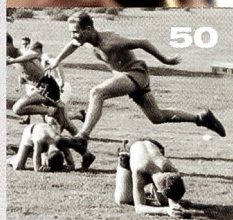
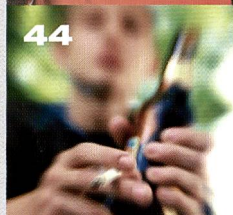
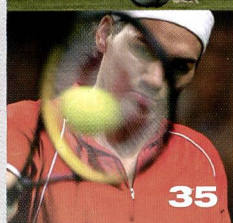
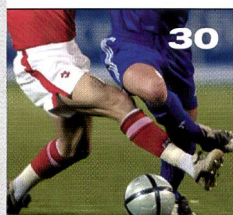
### 49 Vitrine/Carte blanche

### 50 Au fil du temps – Les 60 ans de Macolin

Hans Altorfer

### 53 Vitrine

### 54 Prochain numéro



## Cahier pratique

### Mini-trampoline

Il est la star des engins de gymnastique. Les enfants, les adolescents et même les adultes ne se lassent pas de rebondir sur cet agrès à ressorts. Le mini-trampoline requiert des ressources énergétiques, coordinatives, cognitives et affectives élevées et offre un champ d'applications très vaste. A découvrir...

Barbara Bechter, Roland Gautschi, Véronique Keim

## Pour plus de détails

[www.mobile-sport.ch](http://www.mobile-sport.ch)

[www.baspo.ch](http://www.baspo.ch)

[www.svss.ch](http://www.svss.ch)