

<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>	7 (2005)
<b>Heft:</b>	4
<b>Rubrik:</b>	ASEP

### 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>**

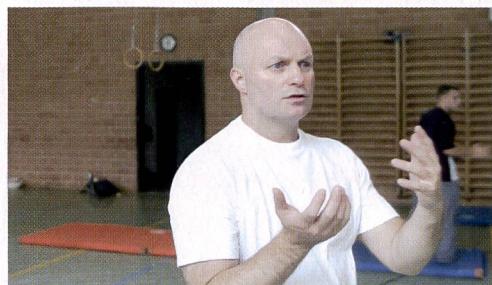
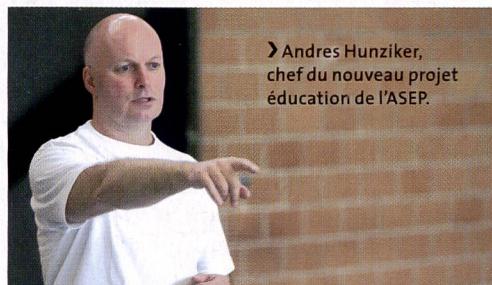
**m**obile: sorti début avril sur les écrans, le film «Rhythm is it!» a conquis bon nombre d'enseignants. A quoi tient la fascination qu'exerce ce documentaire du point de vue pédagogique? Andres Hunziker: la trame du film est très simple: Royston Maldoom, 63 ans, chorégraphe et professeur de danse, monte une représentation du «Sacre du printemps» de Stravinsky avec 250 jeunes dans le cadre d'un projet éducatif. «Rhythm is it!» séduit moins par l'art subtil avec lequel pas de danse et autres sauts sont exécutés que par la magie de l'apprentissage. Il montre avec éloquence les ingrédients garants d'un apprentissage efficace, à savoir passion, concentration et discipline.

**Cette «magie de l'apprentissage» est-elle absente dans les écoles helvétiques?** Pour moi, l'école ne met pas l'accent au bon endroit. Les enseignants ne doivent pas seulement transmettre des contenus; ils doivent aussi – et c'est fondamental – expliquer le sens de l'apprentissage aux enfants et aux adolescents. Pourquoi faut-il apprendre ceci ou cela? Quels sont les éléments nécessaires pour que les efforts déployés par le maître et par l'élève soient couronnés de succès? L'enseignant qui arrive à répondre à ces questions pour lui-même et, surtout, pour ses élèves, a déjà fait un grand pas en avant. L'éducation doit s'inscrire dans une perspective plus globale.

**Où se situe le système éducatif helvétique?** De vastes études montrent qu'un nombre croissant d'adultes ne sont plus capables de lire et de comprendre un texte simple. Bien que la Suisse investisse chaque année 25 milliards de francs (les chiffres datent de 2002) dans le système éducatif, les performances de la population sont en baisse pour ce qui est des compétences de base comme la lecture ou l'écriture. Ce qui est dramatique, c'est qu'on va assister à un net durcissement des exigences ces prochaines décennies. Si nous n'agissons pas rapidement pour renforcer l'efficacité de notre système éducatif, les jeunes Suisses d'aujourd'hui feront pâle figure demain sur le plan international; armés d'un bagage dépassé, ils se situeront tout au plus dans la moyenne.

**Quels remèdes préconisez-vous?** L'exercice physique, par exemple, est une piste prometteuse. Scientifiquement, il est prouvé depuis longtemps que l'activité physique est un élément peu onéreux et facile à mettre en œuvre pour obtenir de bons résultats à large échelle. On sait notamment que les processus d'apprentissage se déroulent plus efficacement quand on bouge. Par ailleurs, les projets éducatifs axés sur le mouvement donnent des impulsions fondamentales pour le développement de la personnalité. A cet égard, je citerais le professeur Hollmann, cardiologue et biochimiste allemand, pour qui l'exercice physique est «le médicament du siècle». Parallèlement, je suis étonné que personne n'ait encore fait entendre sa voix pour dire que les fonds consacrés à l'éducation ne sont pas investis de façon optimale si'ils négligent l'activité physique.

**L'ASEP a lancé, sous le nom de «Bouger pour mieux apprendre», un projet qui vise justement à mettre ces éléments en pratique. Comment ce projet entend-il introduire le mouvement dans les institutions scolaires?** L'apprentissage en mouvement, ce n'est pas forcément augmenter le nombre de leçons d'éducation physique, mais intégrer l'exercice physique dans la vie de l'école. Pour commencer, l'effort intellectuel doit systématiquement être complété par un effort physique. Les élèves peuvent par exemple lire un texte debout ou en marchant. Ensuite, il faut accorder



Photos: Daniel Käsermann

## «Bouger»

### Coup d'envoi à Bâle

*Le départ du projet éducatif de l'ASEP «Bouger pour mieux apprendre» sera donné les 11 et 12 novembre au théâtre de Bâle. Royston Maldoom, protagoniste du film «Rhythm is it!», sera au cœur de la manifestation. On pourra le voir dans une leçon de démonstration avec des jeunes, mais aussi travailler personnellement avec lui dans le cadre d'une séquence pratique – une expérience à ne manquer sous aucun prétexte! D'autres offres attrayantes figurent également au programme, comme une conférence de Gerhard Huhn, spécialiste des questions de motivation, ou une table ronde sur la politique en matière d'éducation.*

*Pour en savoir plus sur ces deux journées ou sur le projet «Bouger pour mieux apprendre», vous pouvez consulter le site Internet: [www.bildungbrauchtbewegung.ch](http://www.bildungbrauchtbewegung.ch) (en allemand pour l'instant).*

➤ Contact: [andres.hunziker@svss.ch](mailto:andres.hunziker@svss.ch)

plus d'attention au fait que les projets éducatifs axés sur le mouvement sont de précieux terrains d'enseignement et d'apprentissage; c'est du reste une excellente occasion pour sortir l'école de son isolement et tisser des liens plus étroits avec les milieux extrascolaires, comme celui de la culture.

Enfin, il faut exiger que la philosophie de «l'école bouge», dont le mouvement est un pilier fondamental, fasse contrepoids à l'enseignement magistral, où les élèves restent scotchés sur leur chaise des heures durant. Cette immobilisme met en péril la santé de la population suisse: les jeunes souffrent de maux de dos, ils deviennent moins performants et recourent de plus en plus tôt aux soins d'un système de santé déjà au bord de l'effondrement. L'école ne doit pas être un facteur de risque pour la santé!

**Comment voyez-vous cela concrètement dans l'enseignement de tous les jours?** Il y a toutes sortes de mesures simples, pas chères et applicables sans préambule. Au niveau de l'organisation des cours, par exemple, on peut demander aux élèves de venir chercher eux-mêmes leurs feuilles au lieu de les leur distribuer. En allant un peu plus loin, on proposera différents types de

sièges ou des pupitres où les enfants peuvent travailler debout. Et pourquoi ne pas faire systématiquement une pause active après un quart d'heure? Le mouvement devrait devenir au plus vite un critère de base pour définir un enseignement de qualité; une bonne école sait qu'en faisant bouger ses élèves au quotidien, elle joue un rôle capital en contribuant à responsabiliser les jeunes.

**Quel est le rôle de l'ASEP dans ce processus?** L'ASEP dispose d'un excellent réseau, de structures bien établies et du savoir-faire nécessaire. Elle peut se charger des conseils et du coaching dans le cadre de ce processus essentiel. Par ailleurs, elle contribue déjà à l'amélioration de l'enseignement de l'éducation physique à travers son projet de promotion de la qualité, qeps.ch. Pour cela, elle doit pouvoir compter sur le soutien de la politique, de l'économie, de la culture et bien sûr de l'école elle-même. J'ai toutefois constaté que, dans tous ces domaines, la porte est largement ouverte; une vaste fraction de la société est prête à revoir sa façon de penser. Au lieu de nous éterniser sur le sujet, nous devons passer à l'action au plus vite.

m

### Projet éducatif de l'ASEP

## pour mieux apprendre»

Les ressources sont-elles utilisées de façon optimale dans le domaine de l'éducation en Suisse? Non, selon Andres Hunziker, responsable de la formation continue à l'ASEP. Mais quels sont les manques qui affectent le système éducatif suisse? *Janina Sakobielski*

