

Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport
Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école
Band: 10 (2008)
Heft: 3

Artikel: Qui cherche, trouve!
Autor: Padlina, Oliver / Dössegger, Alain
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-995574>

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: 29.01.2026

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

Qui cherche, trouve!

Un baromètre des sports, des clips vidéo, des textes et une banque de données sont les nouveaux outils mis à disposition sur la plate-forme internet «www.feelok.ch/sport.htm» de Jeunesse+Sport. Leur but, entre autres: soutenir les jeunes dans la recherche d'une activité physique.

Texte: Oliver Padlina, Alain Dössegger, Tina Hofmann; photos: Daniel Käsermann



► La section «Activité physique et santé» de la Haute école fédérale de sport Ma-
colin HEFSM et de nombreuses institutions ont relevé un grand défi. Le nouveau
programme de sport de feelok – une plate-forme internet de Jeunesse+Sport –
vise à coupler de manière scientifique des informations et des émotions à des
outils pratiques et utiles. Cette scientifité est garantie au moyen du baromètre
des sports fraîchement développé (voir Fig. 1). Il permet d'aider les jeunes à trou-
ver les activités physiques qui correspondent à leur profil.

Attirer les jeunes

Pour rendre cette opération encore plus attrayante, toutes les disciplines sporti-
ves de Jeunesse+Sport sont présentées sous forme de séquences vidéo. Ces
clips, auxquels s'ajoutent des textes à caractère informatif, révèlent ce qui se
chaque derrière chaque activité (voir Fig. 2). A l'heure actuelle, les sports sui-
vants disposent de reflets animés et d'informations spécifiques: balle à la cor-
beille, baseball/softball, basketball, course d'orientation, escrime, cyclisme sur
route, football, handball, hockey sur glace, judo, karaté, natation, patinage de
vitesse sur roulettes, squash, tennis de table et VTT. Ce service est en cours d'élá-
boration. Toutes les disciplines de J+S devraient être représentées sur ce support
d'ici à l'an 2010.

Les jeunes, dont l'intérêt s'est porté sur un (nouveau sport), ont ensuite la
possibilité de consulter la banque de données dans le but d'y trouver un club
ou une société établi dans la région. Afin de s'assurer que les jeunes de la Suis-
se romande puissent également profiter des prestations de ce programme de
sport, feelok et ciao.ch travaillent de concert pour que le contenu soit adapté
aux caractéristiques culturelles de cette région linguistique et mis à dispo-
sition sur le site www.ciao.ch. Cette nouvelle rubrique «Sport et mouvement»
peut être consultée à l'adresse www.ciao.ch/f/sport-et-mouvement. Une so-
lution comparable pour les adolescents de langue italienne doit être encore
clarifiée.

Multiples fonctions

feelok propose une foule de fonctions supplémentaires dont l'objectif est de
promouvoir auprès du groupe-cible un comportement sain en termes d'exerci-
ces physiques. Parmi celles-ci figurent le test d'activités physiques, apprécié des
jeunes, qui leur permet de mesurer leur coefficient sportif; le jeu électronique
«dartfit» – la cible de l'activité physique de feelok – pour réaliser de petits exer-
cices ludiques pendant une courte pause en mouvement; et la rubrique «Danse
avec les Starbugs» pour transpirer en musique et avec le sourire.

Ce programme de mouvement et de sport a été initié en 2004 et n'a de cesse
grandi. Plusieurs unités et de nombreux acteurs sont associés à ce projet et ont

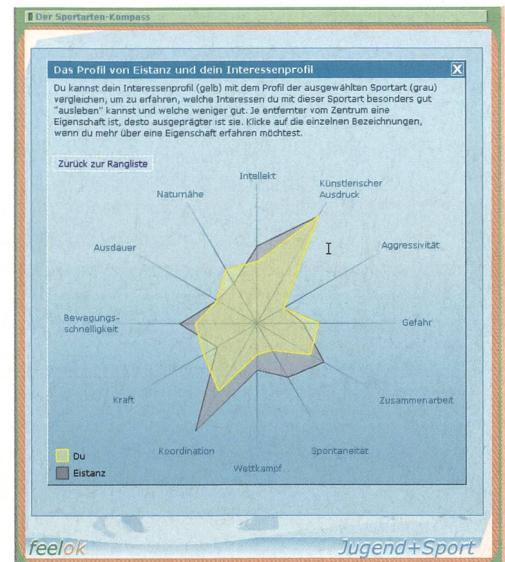


Fig.1: Grâce au baromètre des sports, les jeunes trouvent les disciplines sportives de J+S qui répondent à leur intérêt.

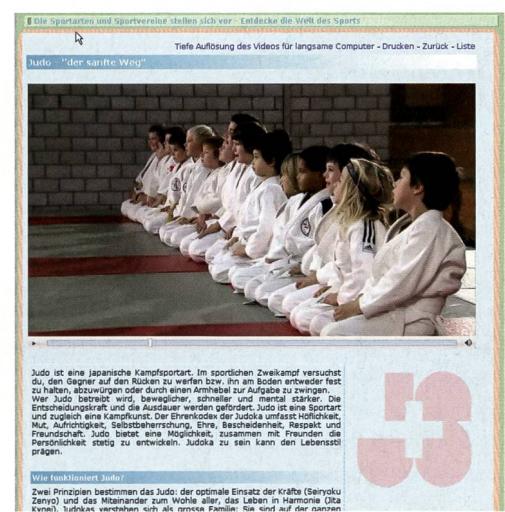


Fig. 2: Clips vidéo professionnels et textes informatifs motivent les jeunes à s'adonner à une activité physique.

Morceaux choisis

feelok met à disposition de nombreux outils modernes et interactifs facilitant l'approche des différents thèmes. Par exemple:

- Le baromètre des intérêts développé par Erwin Egloff propose un panel d'activités et d'emplois en fonction du profil de la personne. Le lien avec la banque de données de www.berufsberatung.ch permet ensuite d'obtenir des informations détaillées sur les différents métiers (www.feelok.ch/job.htm).
- Le jeu de l'échelle aborde le thème du cannabis et est un excellent moyen de lancer la discussion d'une manière ludique (www.feelok.ch/cannabis.htm).
- Le jeu de l'argent est un outil utile pour que les jeunes puissent calculer ce que leur coûte la cigarette et ce qu'ils pourraient s'offrir s'ils cessaient de fumer (www.feelok.ch/rauchen_allg.htm).
- Le jeu de la pyramide alimentaire offre la possibilité aux jeunes de mesurer et d'améliorer leurs connaissances en matière de nutrition (www.feelok.ch/e1.htm).
- Les tests psychologiques de la rubrique consacrée au stress permettent aux jeunes d'évaluer les risques de stress qu'ils encourent et leur donnent des conseils sur la manière de gérer ce facteur et les problèmes sous-jacents (www.feelok.ch/S_Tests.htm).

permis à ce dernier de se développer. Depuis la fin de l'année 2005, la section «Activité physique et santé» (HEFSM) a introduit ce produit sur la plate-forme de feelok. Une première partie invite les jeunes sédentaires à pratiquer une activité physique plus régulière et leur prodigue une série de conseils. La deuxième partie s'adresse en premier lieu aux enseignants: de courtes séquences vidéo agrémentées de suggestions didactiques les encouragent à introduire de petits jeux et exercices dynamiques dans leur enseignement. Tous ces outils sont accessibles à l'adresse www.feelok.ch/be.htm.

Onze dimensions

Bientôt 10 ans! feelok a été mis en service en 1999. Il peut actuellement s'appuyer sur un réseau aux ramifications impressionnantes. Parmi les 15 partenaires institutionnels, responsables de la qualité et de l'actualité du contenu, figurent en outre l'Office fédéral du sport, l'Institution suisse de prévention de l'alcoolisme et autres toxicomanies, la Société suisse de nutrition et la fondation Santé bernoise. La plate-forme internet est le produit principal de feelok. La dimension didactique et un design séduisant aux yeux des jeunes sont deux éléments clés de ce concept. Onze dimensions de la promotion et de la prévention de la santé sont abordées: l'alcool, l'emploi, le mouvement, le cannabis, l'alimentation, la sexualité, la fumée, la confiance en soi, le stress, le suicide et, depuis le début de l'année 2008, le sport.

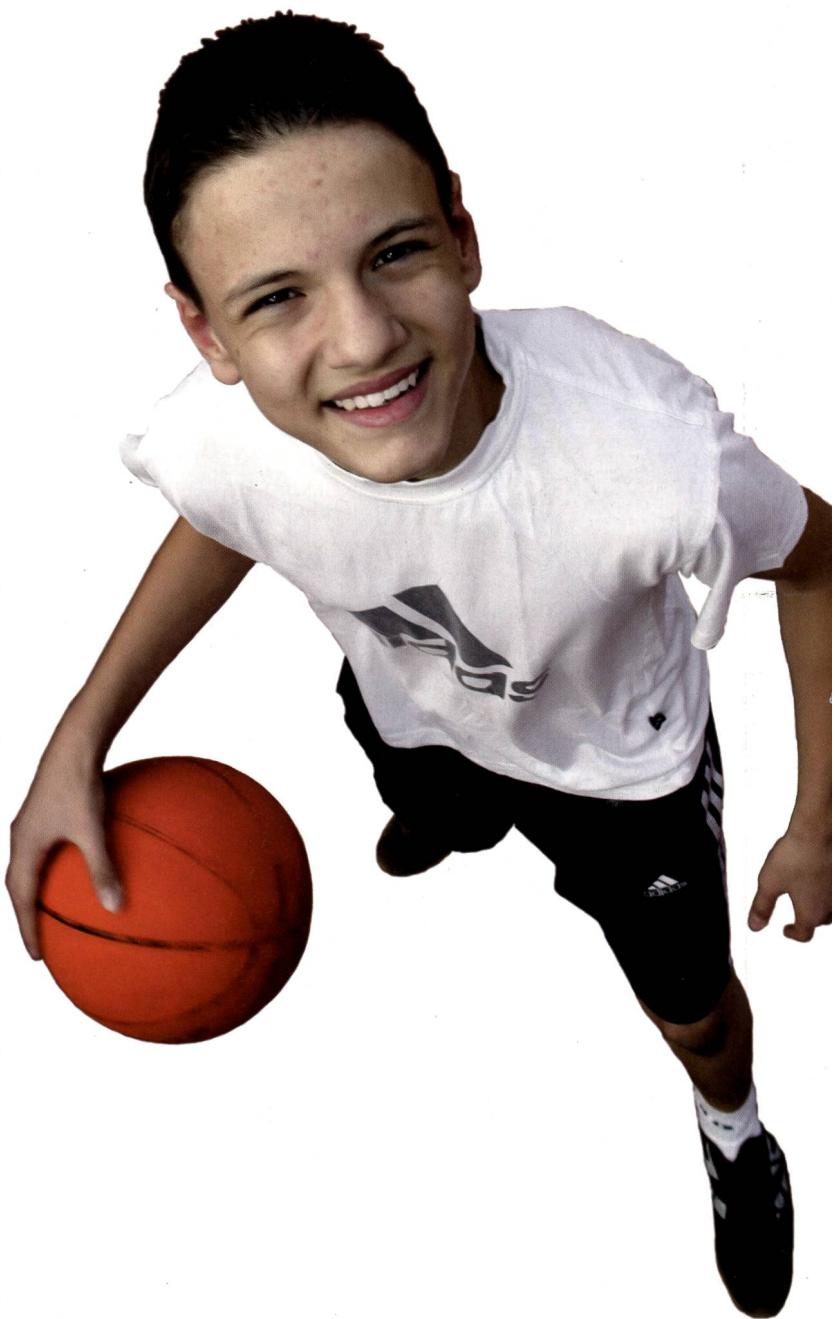
L'organe responsable de ce programme et de son caractère scientifique est l'Institut de médecine sociale et préventive de l'Université de Zurich. Une dizaine d'études ont déjà été menées à ce jour et ont examiné les différents thèmes retenus sur cette plate-forme internet.

Un outil convoité

L'application de feelok se prête particulièrement bien dans les établissements scolaires. Un manuel et de nombreuses fiches de travail facilitent grandement la tâche du corps enseignant dans l'utilisation de ce programme avec les élèves. feelok fournit également toute une palette de moyens didactiques permettant une approche différenciée du programme: textes, jeux, animations, tests, forums de discussion, vidéos et conseils personnalisés. Cet outil s'adresse ainsi à tous les adolescents et tous y trouveront leur compte.

Les statistiques donnent d'ailleurs raison à feelok: 1200 internautes se rendent quotidiennement sur le site internet, trois quarts des visiteurs sont âgés de 12 à 18 ans, 60 % d'entre eux proviennent du sérial de l'école et 80 % ont une opinion positive du contenu et des fonctions de ce programme. //

Un grand merci pour leur soutien à Brian Martin, Gerda Jimmy, Thomas Suter, Rainer Benz et Ellen Leister qui ont conçu ce programme de sport; à Martin Jeker, Alain Dössegger (direction du projet), Stephan Toggweiler, Jürg Schmid, David Egli, René Hagi et Matthias Zurbriggen qui ont développé ce programme. Un grand merci également à tous les coaches J+S qui ont contribué à la mise sur pied de la banque de données.



Une petite visite s'impose...

Découvrez le programme de sport et de mouvement de feelok et ses nombreux outils:

www.ciao.ch

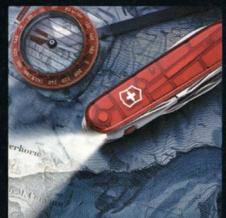
All you need



Traveller Lite



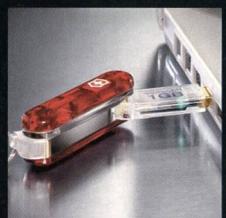
SwissTool Spirit



Huntsman Lite



Hunter



SwissMemory



 VICTORINOX

CH-6438 Ibach-Schwyz, Switzerland
Tel. +41 (0)41 81 81 211, Fax +41 (0)41 81 81 511
info@victorinox.ch, www.victorinox.com

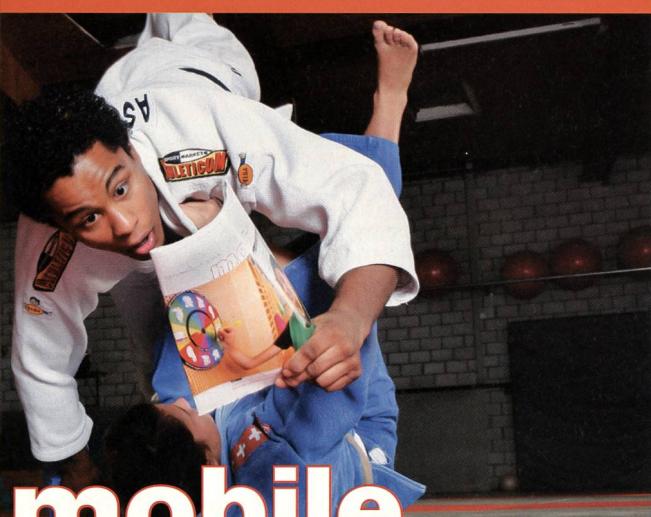
**ALL IN ONE HOTEL
BISTRO . LOUNGE**

INN LODGE

ALL IN ONE HOTEL INN LODGE
7505 Celerina-St.Moritz . www.innlodge.ch . Tel +41 81 834 47 95



Au secours!



mobile
La revue d'éducation physique et de sport

www.mobile-sport.ch