

**Zeitschrift:** Mobile : la revue d'éducation physique et de sport  
**Herausgeber:** Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école  
**Band:** 11 (2009)  
**Heft:** 6

**Artikel:** Laissons les enfants vivre  
**Autor:** Stierlin, Max  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-995777>

### **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:** 13.02.2026

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



# *Laissons les enfants vivre*

Aménager des activités sportives pour et avec des enfants suppose une bonne connaissance de ce groupe cible et de leurs attentes. Les enfants savent ce qu'ils veulent et peuvent prendre leurs propres décisions. Ils ont besoin d'adultes qui les prennent au sérieux, les encouragent et leur accordent des libertés. Le point avec le pédagogue du sport allemand Wolf-Dieter Brettschneider.

Texte: Max Stierlin; photo: Ueli Känzig

Comment se portent les enfants? La majorité d'entre eux est en bonne santé, les deux tiers se sentent bien. Toutefois: ce bien-être dépend fortement de la classe sociale. Et l'on sait qu'il est favorisé par l'attention émotionnelle et le soutien social. Deux constatations du professeur Wolf-Dieter Brettschneider: les enfants membres d'associations sportives se sentent mieux; l'utilisation croissante de la télévision, de l'ordinateur et du téléphone portable est souvent mal jugée. «Dans les classes moyennes et supérieures, l'important engagement sportif est concomitant à une utilisation active des médias», relève-t-il. «Les classes inférieures montrent, elles, un faible niveau d'activité et une forte consommation passive des médias.» L'idée «que la console remplace le sport» est donc simpliste.

La situation des enfants et des jeunes est déterminée par leur statut de minorité au sein de la population. Leur environnement est de plus en plus souvent marqué par de nouveaux modes de vie, car les liens familiaux sont plus fragiles. «Malgré cette pression, les enfants sont satisfaits et en accord avec eux-mêmes et le monde», explique le pédagogue du sport. «L'origine sociale peut néanmoins s'avérer un cercle vicieux.»

## **Mise en scène et affirmation de soi**

Aujourd'hui, les enfants et les adolescents font face à de nombreuses opportunités, mais aussi à des risques. Inquiets, ils se cherchent au travers de mises en scène expérimentales, comme le montrent le monde informel de l'activité physique et les changements de discipli-



nes sportives. Vu la multitude des options, la formation est plus importante et demande plus d'engagement. Les jeunes ont donc moins de temps libre et de possibilités de faire du sport.

Wolf-Dieter Brettschneider rappelle que l'enfance et l'adolescence ne sont plus simplement des étapes préparatoires à la vie adulte, ce sont des phases indépendantes de la vie. Les jeunes peuvent et doivent être acteurs de leur propre développement, une affirmation clairement étayée par les résultats de l'étude «Sport Suisse 2008 – Rapport sur les enfants et les adolescents» (voir «mobile» 6/08). Ils veulent choisir eux-mêmes leur sport et en adoptent un autre lorsqu'ils ne voient plus de défis à relever ou que leurs perspectives de réussite et de reconnaissance sont trop faibles. L'espoir des associations sportives de voir les talents rester fidèles à leur discipline jusqu'à l'âge de performance est donc très souvent déçu.

### J+S-Kids: un programme dans le vrai

Le professeur allemand valide les idées à l'origine du programme J+S-Kids, à savoir:

- Varier: «Les enfants ne sont pas des spécialistes, ils sont polyvalents». Éviter les écueils de la spécialisation précoce et ne pas réduire l'activité sportive des enfants à certains mouvements ou à un seul sport.
- Adapter aux enfants: «Ils ne doivent pas être traités comme des adultes miniatures». Préférer le jeu à l'entraînement, la coordination à la condition physique et les éléments techniques assimilables aux éléments spécifiques.
- Stimuler le développement dans et par le sport. Favoriser les expériences sensorielles et les expérimentations diverses, encourager également par la sollicitation.

### L'association: une communauté de solidarité

Selon Wolf-Dieter Brettschneider, on assiste à une évolution de l'Etat-providence, pourvoyant aux besoins des individus, vers une société qui repose sur l'engagement volontaire de citoyens responsables. Cela se traduit, pour les enfants et les jeunes, par une initiation selon leur âge à la coresponsabilité et à la participation. Les associations sportives offrent précisément de nombreuses possibilités de confier de petites fonctions aux enfants qui deviendront ensuite capitaines d'une équipe, responsables de groupe, entraîneurs et arbitres auprès des plus petits. Les affirmations suivantes sont toutes justifiées:

- «Des associations fortes renforcent les communes»: De ce point de vue, les associations sportives sont des écoles de la démocratie et constituent le ciment de la société. Par conséquent, les fonctions honorifiques et les responsabilités et participations des enfants et des jeunes dans la vie associative sont des arguments convaincants pour la reconnaissance de l'utilité publique des associations sportives, ce qui justifie l'appui du secteur public. Les associations sont des moteurs d'intégration lorsqu'elles impliquent de nombreux enfants et adolescents.
- «La coresponsabilité assure l'avenir des associations»: Par la promotion des talents non seulement sportifs, mais aussi sociaux, les associations garantissent leur avenir en tant que communautés de solidarité (engagement des membres au niveau de l'entraînement, de la direction, de l'arbitrage, du bénévolat, etc.). Les enfants et les jeunes peuvent être fiers de voir leurs capacités reconnues et appréciées. Ces nouvelles missions permettent aussi de garder plus longtemps dans l'association les jeunes qui ne réussissent guère sur le plan strictement sportif.

- «Les associations représentent les intérêts des enfants»: Si l'on considère la situation des enfants et que l'on prend conscience de leur statut minoritaire dans la population, ceux-ci ont besoin d'avocats et de personnes qui défendent leurs intérêts, aussi et précisément dans les associations sportives. Un enfant sur cinq est en surpoids et le profil de performances présente des faiblesses. Il faut agir, surtout pour ces enfants-là et non pas uniquement pour les éléments performants.

Wolf-Dieter Brettschneider rappelle que les associations doivent particulièrement penser aux points suivants pour leur mouvement jeunesse: «Les enfants de familles monoparentales recherchent le contact social au sein d'une équipe. Il est indispensable d'accorder une plus grande place aux filles sportives et à leurs souhaits. Les enfants de milieux défavorisés nécessitent plus d'attention.» Le sport doit promouvoir la santé et l'identité. L'objectif n'est plus uniquement la sélection de sportifs talentueux, mais l'intégration des enfants dans des groupes de soutien.

### Expérimentation et mise en réseau

Toute association sportive souhaite attirer, motiver et garder un maximum d'enfants et d'adolescents. De leur côté, ces derniers recherchent le soutien de leurs pairs dans des groupes. Comment y parvenir? Les propositions de Wolf-Dieter Brettschneider: «Il faut élargir le spectre des associations et s'intéresser à de nouveaux groupes de participants: les filles, les enfants moins doués, aux styles de vie et aux besoins différents. Il s'agit aussi de transmettre affirmation et reconnaissance, tout en permettant réussite et plaisir, que ce soit dans les équipes orientées vers la compétition ou dans le cadre d'événements de socialisation, sachant que les deux doivent offrir un contenu de qualité.» Cela dépend essentiellement de l'engagement et de la qualification des entraîneurs et des moniteurs.

Entretenir l'esprit d'équipe et favoriser des expériences communes par l'élargissement de l'offre traditionnelle sont fondamentaux. «Tester un autre sport (p. ex. un week-end de ski) ou organiser un événement extra-sportif (excursions, visites de villes) peut s'avérer positif. Il est aussi important d'impliquer les parents pour l'accompagnement et l'encadrement. Certains d'entre eux sont peut-être de futurs entraîneurs.» Enfin, la coopération et la création de réseaux dans la commune peuvent consolider l'association et son ancrage dans l'environnement. Ceci crée des synergies, améliore les conditions, inspire la confiance auprès du public et génère du soutien et des adhésions. Autant d'éléments qui garantissent l'avenir des associations. ■



*Le professeur Wolf-Dieter Brettschneider est l'un des scientifiques du sport les plus connus en Allemagne. Il a tenu un exposé sur les points évoqués ci-dessus lors de la conférence d'été 2009 des responsables des offices cantonaux du sport.*