

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: 1: 10 ans de "mobile"

Artikel: Une lueur à l'horizon
Autor: Bignasca, Nicola
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-995708>

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: 04.02.2026

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



Une lueur à l'horizon

Quels défis l'éducation physique devra-t-elle relever ces prochaines années? Les experts esquiscent des perspectives d'avenir prometteuses et des développements encourageants.

Texte: Nicola Bignasca; photos: Daniel Käsermann, Philipp Reinmann

L'état avancé du développement technologique dans le monde occidental incite à négliger le mouvement et le sport, de même qu'à refouler les véritables besoins du corps. Nos enfants, en particulier, se rebellent contre ces restrictions; il est heureux que ce besoin naturel d'activités physiques ne s'efface! L'éducation physique et sportive a donc pour mission d'offrir aux enfants la possibilité de découvrir leur corps et d'expérimenter les multiples facettes du mouvement. Ce dernier ne doit toutefois pas se limiter à l'éducation physique. D'autres disciplines scolaires doivent intensifier leurs efforts dans ce sens. Les premiers signes d'une intégration du mouvement dans d'autres matières sont encourageants.

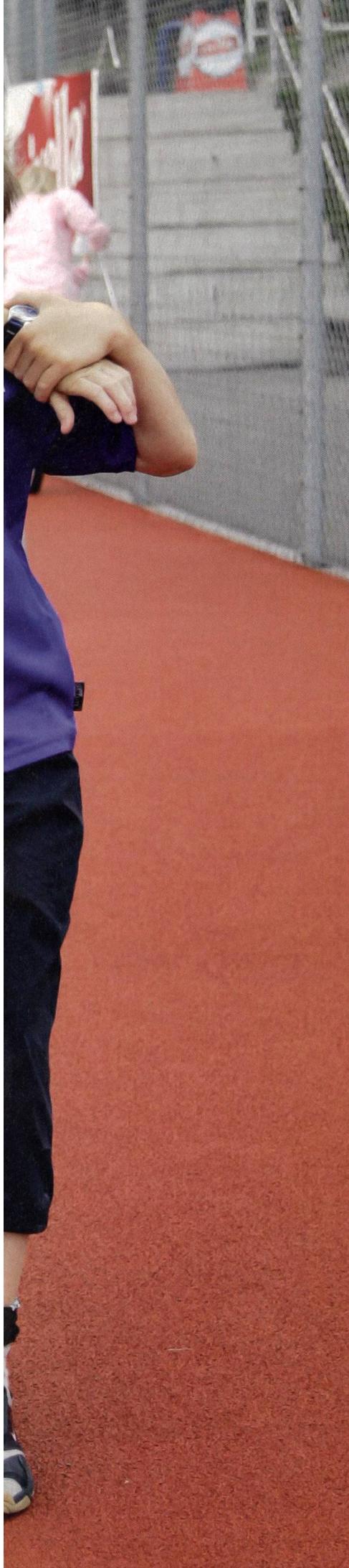
Horaire scolaire continu: importance du rythme biologique

Les enfants et les adolescents de demain passeront une grande partie de la journée à l'école, y compris à midi et pendant la deuxième partie d'après-midi. L'activité physique et sportive prendra dès lors une importance nouvelle qui ira au-delà du simple cadre des leçons. Le quotidien scolaire dans son ensemble et les rythmes biologiques des enfants en particulier doivent être pris en compte. À l'école primaire, tout enseignement doit prendre en considération le facteur corporel et les besoins moteurs. «L'école en mouvement» est ainsi une méthode parfaitement adaptée: les résultats de certaines études pilotes démontrent en effet que les enfants sont plus concentrés et plus motivés s'ils joignent le mouvement à l'apprentissage cognitif. En ce qui concerne l'école secondaire, la formation sportive prendra une place de plus en plus grande dans le contexte scolaire. Les écoles à horaire continu disposent de plus de temps et peuvent planifier les cours de sport – dispensés par des enseignants spécialisés en collaboration avec les clubs locaux – à des heures appropriées. Il s'agit là d'une chance unique pour le sport scolaire facultatif.

Performance: renouveau d'une valeur ancienne

Dans une société fondée sur le principe de la performance, la motivation au travail et le développement du potentiel sont d'une importance capitale. Le cours d'éducation physique doit prendre ces aspects en considération, la performance étant une caractéristique essentielle du sport. Les enfants cherchent à évaluer

«Le sport scolaire a raison de s'interroger sur le rôle que la performance doit assumer d'un point de vue physiologique, pédagogique et social. Nous devons absolument trouver une nouvelle approche concernant ce thème. Les enfants fournissent volontiers une performance, à condition qu'elle ne soit imposée à tous.» *Gallus Grossrieder, enseignant de didactique à l'Institut des sciences sportives de l'Université de Berne*



leurs performances. Ils ont ainsi le droit – et non pas l'obligation – de se mesurer. Les maîtres d'éducation physique et sportive ont la tâche d'accorder – à nouveau – une place appropriée à ce thème quelque peu négligé ces derniers temps. La confrontation, la compétition revêtent une importance particulière dans notre matière et présentent des points de départ intéressants d'un point de vue pédagogique et éducatif.

Parallèlement, il est primordial que l'activité physique et le sport deviennent des éléments indispensables de la formation générale. Notre mission est de montrer plus distinctement encore la corrélation entre la condition physique, le mouvement, la santé et les processus d'apprentissage. En effet, avoir un bon rapport avec son corps garantit une mobilité harmonieuse et économique, favorise la santé et facilite les apprentissages.

Différenciation: objectifs personnels

L'hétérogénéité des classes requiert une méthode diversifiée de la part des enseignants. Les objectifs principaux doivent s'accorder avec les autres exigences scolaires et relier la formation générale à la formation motrice. Les cours d'éducation physique et sportive réunissent trois orientations fondamentales: les connaissances et les habiletés relatives aux disciplines sportives propres à notre culture, l'éducation à la santé et le développement des performances au profit des processus cognitifs.

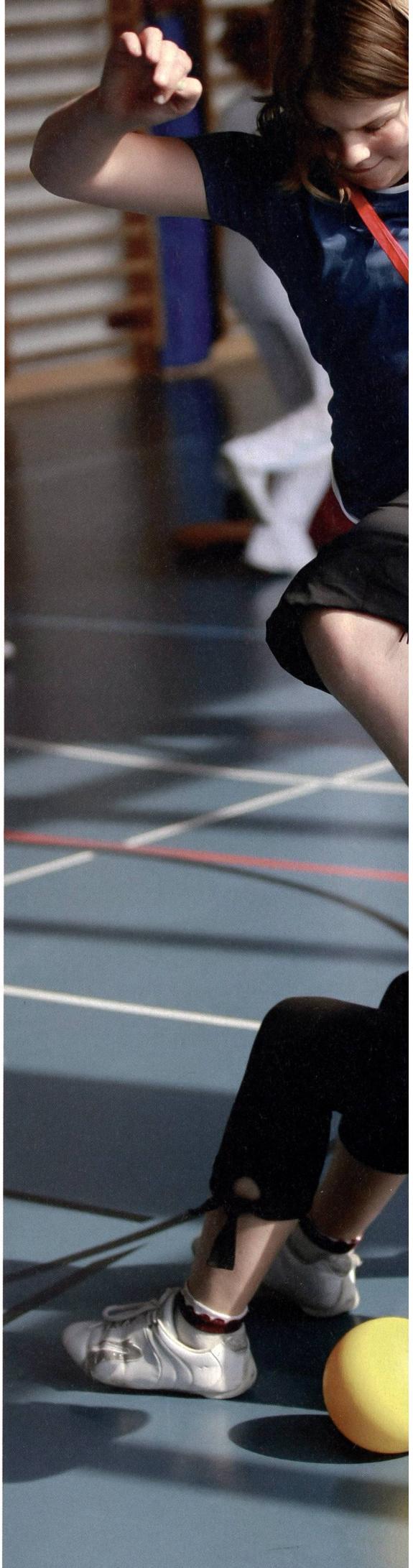
L'éducation physique peut fournir une contribution importante à la réalisation de ces trois objectifs, à condition de l'adapter aux besoins individuels de chaque enfant et de chaque jeune. Raison pour laquelle il y a lieu d'établir des plans d'études personnalisés répondant aux caractéristiques et à la vitesse d'apprentissage de chaque élève. Cette personnalisation des leçons est fondamentale; elle demande une mise en œuvre exigeante en temps, en moyens et en compétences.

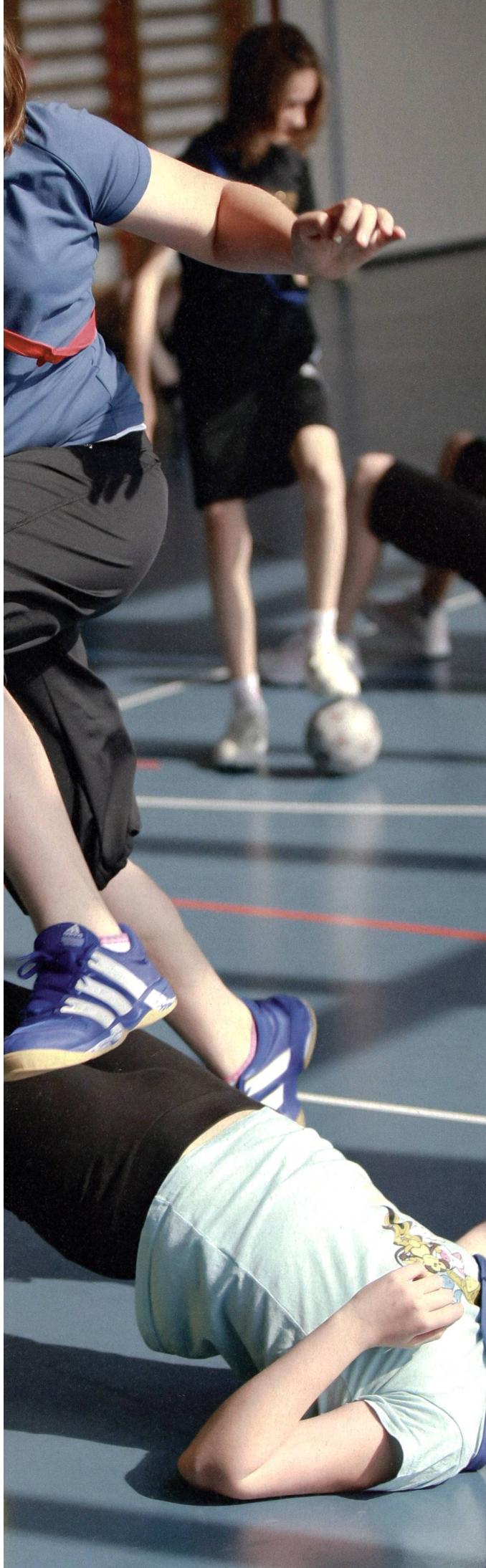
Socialisation: encouragement de l'intégration

Dans la configuration sociale actuelle, la plupart des familles ne comptent qu'un ou deux enfants. Souvent, les deux parents travaillent et il n'est pas rare que les enfants découvrent pour la première fois un contexte social à l'école. Ainsi, cette dernière prend de plus en plus le rôle d'un éducateur social. Notre condition de pays d'immigration fait qu'un nombre croissant d'élèves étrangers sont intégrés dans les classes. L'expérience a montré que ce processus n'est pas toujours simple malgré la connotation positive de la multiculturalité. L'éducation physique peut cependant faciliter ce processus, moins par son contenu que par une mise en scène appropriée de l'apprentissage.

«La gestion du risque est centrale en éducation physique. Chez de nombreux enfants, les habiletés fondamentales, en particulier celles liées à l'audace, font défaut. Face à une société qui tend au risque zéro, toujours plus d'enseignants «aseptisent», voire renoncent aux activités qui demandent une prise de risques. L'on se dirige vers une fragilisation de l'individu parce qu'il faut le protéger, par application du principe de précaution. A l'avenir, il faudra donner une éducation physique réelle, qui autorise des expériences authentiques comportant un risque objectif adapté et non des situations d'apprentissage sécurisées à l'excès, où toute responsabilité de l'élève est absente.»

Nicolas Voisard, enseignant de didactique à la Haute école pédagogique BEJUNE





Maîtres de sport: allongement de la liste des tâches

À l'avenir, le cours d'éducation physique se tiendra de plus en plus souvent sur place. Sa structure dépend d'une multitude de facteurs, tels que données situationnelles, objectifs de formation spécifiques de l'école ou concepts pédagogiques et didactiques. On demande aux maîtres d'éducation physique et de sport d'aujourd'hui – beaucoup plus qu'auparavant – de défendre une culture globale du sport et de l'activité physique non seulement pendant leur enseignement, mais bien au-delà, c'est-à-dire dans toute l'école. La collaboration avec les autres enseignants dans cette tâche est capitale. En saisissant cette occasion, les maîtres d'EPS ont la possibilité de ne plus faire de la figuration et devenir des acteurs indispensables qui marqueront l'école de leur empreinte.

Qualité: occasion à saisir

Les prochaines années seront placées sous le signe de la qualité. Ceci vaut également pour les leçons d'éducation physique. Le projet qeps.ch – Qualité de l'éducation physique et sportive – offre des instruments permettant à chaque enseignant d'analyser et d'évaluer son cours. Ce projet apparaît ambitieux dès lors qu'il sert à développer la conscience de sa propre méthode didactique par les questions suivantes: Quels sont les points essentiels de mon cours? Comment les mettre en œuvre? Quel est le fruit de mes efforts? Le simple fait que l'on se pose ces questions prouve l'intérêt de l'enseignant pour la qualité de son travail.

Les enseignants doivent trouver le courage de se confronter aux outils mis à disposition par qeps.ch. Cela vaut la peine d'appliquer les différents tests proposés. Chacun est libre d'en faire usage ou non. Néanmoins, c'est une chance unique de pouvoir évaluer et améliorer son enseignement sans faire appel à un avis extérieur.

Loi fédérale: impulsions récentes et modernes

L'entrée en vigueur de la nouvelle loi fédérale est prévue pour 2011. Celle-ci fixera les conditions pour l'encouragement de l'activité physique et du sport durant les prochaines décennies. L'éducation physique et sportive fait partie des neuf domaines soumis à cette loi. Il est prévu que la Confédération – d'entente avec les cantons – fixe le nombre d'heures minimal et les principes qualitatifs de l'éducation physique et sportive. Les conséquences pratiques pourront être considérables selon la structure de l'ordonnance. Il s'agit d'une affaire délicate car cette loi concerne la répartition des tâches et des responsabilités entre la Confédération et les cantons.

Le processus d'harmonisation de la scolarité obligatoire (HarmoS) est actuellement regardé à la loupe par chaque canton et influencera les dispositions légales dans le domaine du sport. Une chose

«Dans les pays d'Europe dans lesquels elle est réglementée par des textes officiels, l'éducation physique se développe et les ressources nécessaires pour la réalisation des cours sont souvent plus facilement mises à disposition. J'espère que la nouvelle loi fédérale sur le sport et l'ordonnance qui suivra permettront de tenir compte de cette réalité. Les pouvoirs publics éprouvent souvent des difficultés pour traduire leur projet politique dans les normes administratives qu'ils édictent. L'éducation physique contribue au bon fonctionnement de l'école et facilite les apprentissages, elle n'est pas qu'un auxiliaire dont on peut se passer.» Rose-Marie Repond, enseignante de didactique à la Haute école fédérale de sport Macolin HEFSM



«Notre intention est d'étendre le programme J+S-Kids dans toutes les écoles et tous les clubs sportifs de la Suisse. Si le financement est assuré, les enfants auront la possibilité de profiter des offres du sport scolaire facultatif dès le début de la scolarisation. Nous voulons encourager chaque maître du degré inférieur à ajouter une leçon supplémentaire d'éducation physique par semaine à leur programme. Les enfants doivent apprendre à découvrir différentes formes d'activités physiques et de disciplines sportives pour pouvoir choisir ultérieurement, en connaissance de cause, leur sport favori. Dans quelques années, J+S-Kids pourrait permettre au sport scolaire facultatif d'attirer à nouveau les enfants de plus de 10 ans dans ses filets. Une meilleure collaboration entre les écoles et les clubs est en mesure d'accélérer ce processus.» Martin Jeker, directeur de Jeunesse+Sport

«Le style de vie influencera l'éducation physique à l'avenir. Où pourrons-nous encore pratiquer une activité physique? L'éducation physique sera-t-elle le dernier bastion du mouvement? Notre comportement au niveau biologique est dicté par des règles valables depuis les origines de l'humanité. La vie moderne ne tient pas compte de ces exigences. Notre corps vit encore à l'âge de la pierre tandis que nous sommes confrontés à l'ère postmoderne.» Walter Mengisen, recteur de la HEFSM

est sûre: l'EPS devra définir la place qu'elle occupera dans les plans d'études cadres. Reste à espérer que les dispositions seront suffisamment flexibles et que les divers besoins de chaque niveau scolaire seront pris en compte (par ex. «l'école bouge» à l'école primaire).

Jeunesse+Sport: début à cinq ans

Le programme J+S-Kids – fruit de la collaboration entre l'école et Jeunesse+Sport – s'adresse aux enfants âgés de cinq à dix ans. Il a été lancé en 2007. Les écoles primaires participant au projet bénéficient d'une contribution financière pour la mise en place d'une leçon d'éducation physique supplémentaire par semaine. Plus d'un millier d'enseignants ont suivi une formation J+S-Kids à ce jour. Le financement de ce programme garantirait des possibilités sensationnelles. A condition toutefois qu'un nombre croissant d'enseignants et – espérons-le – de classes entières profitent de cette offre. Le sport scolaire facultatif s'adresse dès à présent aux enfants scolarisés âgés de cinq ans. Il n'y a aucune raison que les écoles cessent de proposer ce programme à partir de dix ans révolus; il y a donc bon espoir que les élèves âgés de dix à vingt ans puissent aussi bénéficier de l'offre de J+S. L'initiative est du ressort des enseignants des degrés secondaires I et II.

Formation: valorisation de la formation continue

Ces prochaines années, les universités et les hautes écoles affireront et diversifieront leurs structures d'études. L'époque où toutes les universités proposaient la même formation de maître de sport polyvalent est révolue. Dès à présent, plusieurs parcours de formation sont proposés, et les débouchés professionnels d'un diplômé en sciences du sport ou du mouvement s'élargissent en permanence. Le droit à enseigner l'éducation physique et sportive dépend de l'orientation que l'étudiant va donner à sa formation professionnelle.

Cela dit, un diplôme seul ne suffit plus pour satisfaire à vie les exigences du métier. Les développements sociétaux et le marché du travail requièrent que nous nous formions continuellement. Ceci prend également de plus en plus d'importance dans le domaine de l'activité physique, du mouvement et du sport. Nous assistons à une diversification de l'offre (par ex. les études postgrades des universités) et l'émergence de nouvelles institutions qui s'imposent sur le marché de la formation continue, telles que les hautes écoles pédagogiques. Le tout aura également des conséquences sur le programme de formation continue de l'Association suisse d'éducation physique à l'école. Il sera plus simple pour les maîtres d'EP et de sport de donner une nouvelle orientation à leur carrière. Le principe de la qualité et du professionnalisme de l'offre s'applique également à ce domaine. ■



CASQUE ET RESPECT SUR LES PISTES

1000 ACCIDENTS PAR JOUR, C'EST TROP

www.protegetoi.ch



ASA | SVV
Les Assureurs
Suisse

 SBB CFF FFS

Conservez votre mobilité.

Les CFF félicitent le périodique «mobile» pour son dixième anniversaire. Le bien-être, la mobilité et l'esprit d'équipe favorisent la santé de chacun et nous aident dans notre vie quotidienne. Naturellement, cela vaut aussi pour les transports publics, lorsque nous donnons le meilleur de nous-mêmes afin que nos voyageurs arrivent à destination. Nous vous souhaitons donc de nombreuses années d'existence, placées sous le signe du mouvement.