

**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:** 3

**Artikel:** Activités hors norme  
**Autor:** Bignasca, Nicola  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-995733>

### **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:** 19.02.2026

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



# Activités hors norme

L'école enfantine Bilander à Brugg, dans le canton d'Argovie, ressemble à une petite salle de gymnastique. Les enfants courent, sautent, grimpent, se balancent à leur guise et en toute liberté. Les effets positifs sur leur développement moteur sont incontestables. Même si les recommandations de sécurité du bpa ne sont pas respectées.

Texte: Nicola Bignasca; photo: Ueli Känzig

**A**biram et Enya sont confortablement installés dans un hamac accroché dans le vestibule de l'école enfantine. Abiram tire sur une des cordes du hamac, le faisant balancer, pour le plus grand plaisir des deux jeunes occupants. Observant la scène, Otto s'approche d'eux et les pousse avec l'énergie de son âge. Le hamac prend de la hauteur et se rapproche des murs. Le choc n'aura pas lieu. Enya avertit Otto du danger et ce dernier ralentit le mouvement.

➤ Se balancer développe le sens de l'équilibre et le courage. L'emplacement du hamac ne respecte pas toutes les consignes de sécurité. Les distances au mur ne sont pas adaptées.

Mirjam Hediger enseigne depuis une douzaine d'années à l'école enfantine Bilander à Brugg. Il y a quatre ans, elle a testé le projet «Spielzeugfreier Kindergarten» (Ecole enfantine sans jouet), laissant le soin aux enfants d'organiser les activités de la matinée. «J'ai remarqué qu'ils bougent plus si on leur en laisse la possibilité.» Cette expérience concluante l'a incitée à accorder une place de choix au mouvement dans son programme: chaque matinée comprend désormais deux séquences de 45 minutes, une à l'intérieur, l'autre à l'extérieur. Pour améliorer son enseignement, elle a également suivi des cours d'initiation aux projets «Bewegtem Kindergarten» (Ecole enfantine en mouvement), «Lernen und erleben im Wald» (Vivre et découvrir la forêt), «Mut tut gut» (Courageux, c'est mieux).





### Des parents participatifs

Philipp est un enfant téméraire: grimper est son dada. A l'heure de l'en-cas, il a repoussé une nouvelle fois les limites de son audace. En un tour de main, il a disposé des harasses pour former un escalier et se hisser sur une armoire, du haut de laquelle il lorgne sur ses camarades. A plus de deux mètres de haut. A peine a-t-il avalé ses «dix heures» qu'il demande à Jonas de lui apporter l'échelle en aluminium, histoire de revenir sur le plancher des vaches par une autre voie. Les harasses ne sont plus un défi à la mesure de son courage.

➤ Grimper développe la force et l'agilité. Cet exercice ne satisfait toutefois pas aux normes. La hauteur en cas de chute est supérieure à 60 cm et la réception se fait sur un sol dur.

Les enfants se déplacent de manière indépendante, à une intensité variable. Mirjam Hediger: «Il est important qu'ils puissent s'exercer quotidiennement. Je leur donne parfois du matériel et de petits devoirs à réaliser à la maison pour que les parents sachent ce que leurs enfants apprennent. La réaction des parents est positive. Il m'importe que toute la lumière soit faite, raison pour laquelle je cherche la discussion, et particulièrement avec les quelques parents faisant preuve de scepticisme.»

### Moins d'enfants en thérapie

Les animaux préférés de Jonas sont les singes. L'école enfantine Bilander est sa jungle. Au plafond de celle-ci est fixée une échelle en bois. Le jeune acrobate excelle dans cet exercice, passant d'un bar-

reau à l'autre sans difficulté. Le numéro n'est pas fini; il enchaîne avec le trapèze et se balance jusqu'à ce que ses bras soient bien reposés. Puis, il refait un passage à l'échelle... Contrairement à de nombreux enfants de son âge, Jonas dispose d'une excellente musculature du tronc grâce à ce genre de d'exercices.

➤ Les numéros d'acrobaties ne respectent pas la norme. La hauteur maximale en cas de chute est supérieure à 60 cm et les distances aux murs ne correspondent pas aux recommandations de sécurité.

Mirjam Hediger doit rarement fixer des limites. Elle prend essentiellement garde à dégager la zone de réception de tout obstacle ou objet. «Je n'ai pas à déplorer le moindre accident jusqu'à présent. Si je m'en tenais aux consignes de sécurité, je ne pourrais pas promouvoir ce type d'activités physiques.» L'enseignante est pleinement consciente de la responsabilité qu'elle endosse et des questions désagréables auxquelles elle devrait faire face en cas d'accident. Cependant: «Je ne veux pas empêcher les enfants de bouger dans l'unique but de respecter les normes. Les recommandations sont trop strictes et ne sont pas adaptées à leurs besoins et à leurs capacités. La mobilité des enfants et la prévenance qu'ils font preuve à l'égard d'eux et des autres me confortent dans l'idée que je suis sur la bonne voie.» Les résultats lui donnent d'ailleurs raison: tous les enfants sont capables de réaliser une roulade et peu d'entre eux doivent suivre une thérapie en psychomotricité.

### Plus courageux et plus concentrés

Raphael et Tigran se livrent à une course-poursuite dans la cour extérieure. Le premier nommé tente d'échapper à son camarade de jeu en grimpant sur un cylindre en béton d'un diamètre d'un mètre. Une initiative vaine: il en faut plus pour décourager le chasseur qui, ni une ni deux, prend également de la hauteur. En équilibre sur le cylindre, les deux enfants reprennent leur élan, sautent du cylindre, atterrissent sur les deux pieds et continuent leur rodéo.

➤ Un chef d'œuvre en termes de promotion du potentiel de condition physique et de la capacité de coordination! Pourtant, cette course comprend des obstacles d'une hauteur supérieure à 60 cm et la réception se fait sur un sol dur.

«Les enfants établissent des contacts plus rapidement et plus naturellement lorsqu'ils sont en mouvement», explique Mirjam Hediger. Ils communiquent plus, ce qui facilite le processus d'intégration des enfants de langue étrangère. Tous s'avèrent plus courageux et friands de nouvelles expériences. «Il y a parfois beaucoup de bruit dans la classe, non pas parce que les enfants sont plus sauvages. Ce sont des rires et de la bonne humeur. Les enfants participent plus qu'auparavant et se soutiennent mutuellement. Il m'est également plus facile de faire régner le calme pour certaines activités. Ils sont plus concentrés.»

L'école enfantine Bilander satisfait ainsi pleinement aux attentes et aux besoins en termes de mouvement et de découverte des enfants. Cette liberté accrue a une incidence bénéfique sur leur développement physique et psychique. Mirjam Hediger est convaincue de l'efficacité de cette méthode d'enseignement. Les parents également. Les conseillers en sécurité, eux, font la moue. ■