

**Zeitschrift:** Mobile : la revue d'éducation physique et de sport  
**Herausgeber:** Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école  
**Band:** 12 (2010)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Développement sous surveillance  
**Autor:** Müller, Roland / Krebs, Andreas  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-995333>

### **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:** 06.02.2026

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

# Développement sous surveillance

Au printemps 2008, les quelque 900 élèves de première année primaire de la ville de Winterthour ont pris part à une mesure de leur motricité sportive. L'expérience a été renouvelée avec les mêmes enfants en deuxième puis en troisième année.

Texte: Roland Müller, Andreas Krebs; photos: Dominique Meienberg

Lors de cette étude, financée par la Commission fédérale du sport (CFS), les données ont été collectées via les tests utilisés en ville de Zurich dans le cadre de l'étude SMBA (voir page 13). Il s'agissait de six tests mesurant l'endurance, la force, la vitesse, la coordination et la souplesse (voir photos ci-contre).

Pour la vitesse, seul le temps effectif de course a été mesuré lors d'un sprint sur 20 mètres. Le temps de réaction, très variable à cet âge et indépendant de la vitesse cyclique, n'a en effet pas été pris en compte. Les enfants ont participé aux tests par petits groupes, se déplaçant d'un poste à l'autre. Seule la course navette de six minutes, lors de laquelle un accompagnateur dictait le tempo, a regroupé tous les élèves en fin de journée.

Différentes données ont été saisies en sus (année de naissance, taille, poids et calcul de l'IMC) et les enfants en surpoids ou obèses ont été répartis selon des critères d'âge et de sexe.

## Amélioration de la motricité

Pour l'heure, seules les données des deux premières années ont été analysées. Elles montrent une amélioration générale de la motricité sportive au fil des ans indépendamment du sexe des enfants: entre 5 et 30% d'amélioration selon le type de test (voir fig. 1). Dans le domaine de la souplesse, les enfants n'ont toutefois pas fait de réels progrès. Seul le test de la course navette a mis en évidence des différences entre filles et garçons, ces derniers ayant nettement progressé. Enfin, les améliorations sont moins importantes en force et en vitesse qu'en coordination et en endurance. Les enfants moins performants ont fait plus de progrès en sauts latéraux et en saut en longueur sans élan, tandis que les plus performants se sont distingués lors de la course navette.

L'analyse de l'évolution individuelle des enfants sera effectuée après la troisième série de tests. Les résultats seront connus à la fin de l'année.

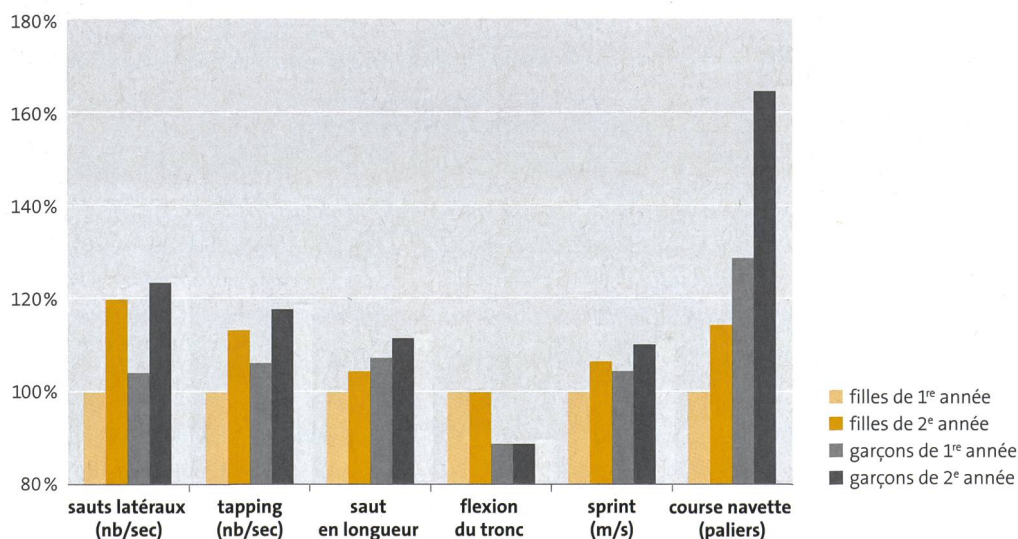


Figure 1: Développement de la motricité sportive chez des enfants du degré primaire dans la ville de Winterthur (n=884 et n=811); valeur référence (100%) = filles de première année.



### Rapport entre surpoids et performance

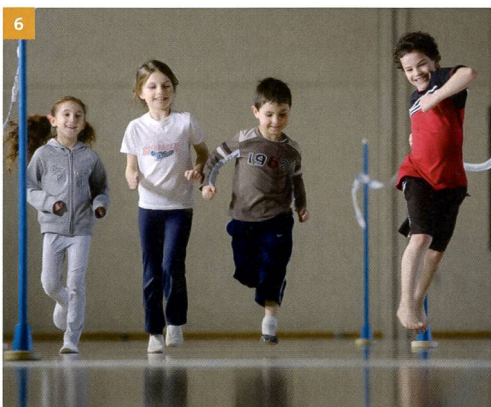
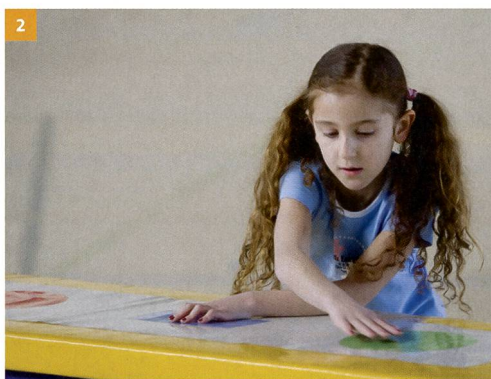
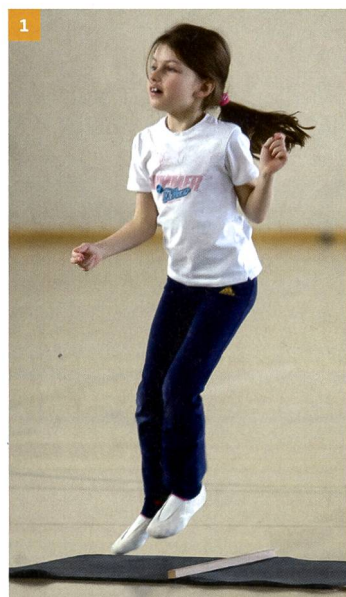
Les résultats montrent que 18,9% des enfants de première année étaient en surpoids ou obèses en 2008 (20,4% chez les garçons et 17,4% chez les filles), la proportion d'enfants obèses s'élevant à 5,3% (6,1% chez les garçons et 4,6% chez les filles). Un an plus tard, ces chiffres avaient augmenté. On comptait 22,3% d'enfants en surpoids (25,7% chez les garçons et 19% chez les filles) et 5,4% d'obèses (7,4% chez les garçons et 3,6% chez les filles). Marginale la première année, l'influence de la surcharge pondérale était manifeste l'année suivante, notamment pour les tests pour lesquels le poids du corps joue un rôle important, comme la course navette. Les résultats sont nets: les enfants déjà forts ont pris proportionnellement plus de poids et ont vu leur IMC augmenter plus que celui des enfants plus légers. Ce constat explique en partie le rapport statistique étroit existant entre l'IMC et la performance sportive à un âge plus avancé.

### Analyse individuelle

Il est possible de mesurer la motricité sportive à grande échelle dans le cadre scolaire pendant une leçon de gymnastique. Cela permet de considérer tous les enfants, quelles que soient leur origine ou leur couche sociale. Ce point est important pour établir des données normalisées, car selon une étude allemande, il existe un rapport entre la motricité sportive et l'origine et le statut social. L'analyse de l'évolution individuelle des enfants montrera quelle est l'étendue normale des paliers de développement et si les forces et les faiblesses s'accroissent ou diminuent au fil du temps. ■

*Roland Müller est maître-assistant dans le domaine de l'enseignement du mouvement et de l'entraînement à l'Institut du sport et des sciences du sport de l'EPF de Zurich. Il dirige également le groupe d'analyse du mouvement et de rééducation.*

Contact: [roland.mueller@move.biol.ethz.ch](mailto:roland.mueller@move.biol.ethz.ch)



- 1 Sauts latéraux (par dessus une plinthe de 2 cm pendant 15 secondes).
- 2 Tapping (25 cycles, distance de 80 cm).
- 3 Saut en longueur sans élan (sur un tapis de 6 cm).
- 4 Sprint de 20 m (temps de réaction exclu).
- 5 Flexion du tronc (sit and reach).
- 6 Course navette sur 20 m (avec vitesse de départ de 8,5 km/h et augmentation du tempo de 0,5 km/h par minute).