Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport

Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école

Band: 8 (2006)

Heft: 2

Artikel: La vérité du terrain

Autor: Murer, Kurt

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-995648

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: 12.07.2025

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

La vérité du terrain

Retour aux sources // Une enquête menée en Allemagne a souligné un chose étonnante: au cours d'éducation physique, les jeunes veulent améliorer leurs performances et être évalués par rapport à elles. Et en Suisse, qu'en est-il?

Kurt Murer

▶ Dans le cadre de l'Année internationale du sport et de l'éducation physique, de nombreux congrès, colloques et actions sportives ont eu lieu, tant en Suisse qu'à l'étranger. Leur objectif: sensibiliser la population à l'importance du mouvement et du sport dans une société de plus en plus sédentaire. Ces opérations concernaient avant tout le sport extra-scolaire. Les problèmes de l'enseignement de l'éducation physique à l'école n'ont été abordés que marginalement. Et lorsque ce fut le cas, c'était surtout pour se plaindre de la tendance à la réduction du nombre d'heures. Les conséquences du manque d'activité physique des jeunes devenant de plus en plus visibles, la lutte pour la troisième heure doit rester une priorité. Mais les représentants du mouvement et du sport sont appelés de toute urgence à faire un bilan critique de la situation, faute de quoi il sera de plus en plus difficile de légitimer la présence dans les programmes d'une branche pourtant très prisée des élèves. Il s'agit de montrer les potentialités mais aussi les limites de l'éducation physique.

La leçon venue du nord

Pendant longtemps, la recherche sur l'enseignement du sport a été négligée. Mais grâce à l'étude allemande «Sprint Studie» présentée en juillet 2005, nous disposons désormais de nouvelles données transposables à la Suisse. Dans le cadre d'une enquête s'étalant sur deux ans et réalisée dans sept «länder» représentatifs, l'équipe de chercheurs réunie autour du spécialiste en sciences du sport Wolf-Dietrich Brettschneider, de l'Université de Paderborn, a interrogé 8863 élèves de différents niveaux scolaires, 4352 parents, 1158 enseignants d'éducation physique et 191 directeurs d'école. Elle a permis d'éclairer notamment les attentes des élèves.

- L'éducation physique doit avant tout contribuer à améliorer les performances sportives.
- Les élèves aiment être sollicités physiquement et encouragés à l'effort. Ils veulent découvrir de nouvelles activités auxquelles ils s'adonneront pendant leurs loisirs.
- Ils veulent recevoir des notes correspondant véritablement à leurs prestations.
- L'éducation physique ne motive pas forcément les jeunes à faire du sport durant toute leur vie, mais elle n'est pas non plus responsable du manque d'activité sportive à l'âge adulte.
- Si les élèves profitent des expériences faites hors de l'école, ce qu'ils apprennent pendant les leçons d'éducation physique leur sert assez peu pendant leurs loisirs.

D'autres études montrent que les objectifs pédagogiques du sport scolaire ne sont pas considérés comme importants par les élèves. De plus, ces objectifs – et les attentes qu'ils suscitent – ne sont de

loin pas atteints. Ces conclusions importantes, parfois même étonnantes, permettent de délimiter un certain nombre de champs de tension intéressants pour l'enseignement de l'éducation physique, champs que nous allons tenter de détailler.

Eveiller l'enthousiasme

Lorsqu'on évoque l'impact du sport, dans le cadre du cours d'éducation physique notamment, on dresse souvent une liste interminable d'effets bénéfiques: apprentissage de la vie sociale, du fair-play, de la paix, etc. Mais dans ce concert de louanges, il ne faut pas oublier les enfants. Pour eux, la leçon de gym constitue avant tout une occasion de jouer, de se dépenser, de faire du sport au sens traditionnel du terme, pour soigner sa forme et améliorer ses performances.

Dans le cadre du débat sur la pédagogie du sport, on souligne souvent le rôle éducatif de celui-ci. On peut cependant se demander si un enseignement débarrassé de ses visées éducatives serait envisageable. Tout dépend de la perspective choisie. Si l'enseignement du sport encourage des modes de comportement souhaitables, il faut favoriser le transfert de cet acquis dans la vie quotidienne. Mais l'effet bénéfique ne se fait sentir que si l'élève est motivé et volontaire. C'est pourquoi l'enseignement du sport dispensé aux enfants et aux adolescents doit non seulement éduquer mais aussi enthousiasmer.

Eviter le cloisonnement

Si l'on estime que l'éducation physique doit donner envie de faire du sport durant toute sa vie, il faut d'urgence réagir et jeter des passerelles entre l'école et les autres prestataires d'activités sportives pour donner un impact durable à cet enseignement. Il serait dommage que la dernière heure d'éducation physique d'un élève marque la fin de sa carrière sportive, faute de liens naturels entre sport scolaire et sport extrascolaire. Or, le sport scolaire facultatif, soutenu à la fois par les écoles et par les clubs, pourrait jouer ce rôle important. Dans de nombreuses communes et écoles cantonales, cette offre a hélas pratiquement disparu, emportée par le train des mesures d'économie. L'école non seulement se soustrait à ses responsabilités, quitte à ruiner neuf années au moins d'efforts dans le domaine du sport scolaire, mais elle renonce aussi à transmettre ses objectifs pédagogiques par le biais du sport facultatif.

Retour vers des objectifs clairs

Les moyens didactiques actuels de l'enseignement du sport en Suisse se basent sur six principes: se sentir bien et en bonne santé, écouter et participer en classe, expérimenter et découvrir, créer et représenter, se mesurer et rivaliser, exercer et réaliser des performances. Cette approche consiste à mettre en avant les motivations possibles des élèves à pratiquer une activité sportive.

Sans vouloir rejeter ce modèle, on peut néanmoins craindre un risque d'indifférenciation si le respect de ces six principes est l'unique critère qualitatif de l'enseignement du sport. Il incombe en effet aux enseignants d'imposer leurs objectifs pédagogiques dans le cadre des cours, de planifier leur enseignement et de faire en sorte qu'il soit varié et instructif. Les plans d'études sont là pour préciser la matière à aborder, exercer et entraîner.

Cette dernière condition est indispensable à une promotion à long terme systématique et efficace du sport, de l'activité physique et du jeu. Mais en Suisse, les programmes didactiques ne remplissent plus guère cette fonction, car leurs contenus, souvent trop ambitieux et exhaustifs, dépassent les possibilités des élèves. Et les programmes didactiques modernes, à l'image des moyens didactiques nationaux, s'orientent plutôt vers l'apprentissage de mouvements que vers celui de disciplines sportives, si bien qu'il est pratiquement impossible de décrire précisément ce que les jeunes devraient réussir à faire.

Déclin des capacités motrices

L'unanimité règne parmi les experts quant à la définition d'un bon enseignement: trois heures obligatoires – ou plus – pour tous les enfants et adolescents, des enseignants bien formés, des infrastructures adaptées et un environnement favorable au sport dans les communes et au sein du corps enseignant. La question de l'output de l'enseignement, des aptitudes et des connaissances à inculquer aux élèves est en revanche très controversée. De la même façon que l'approche générale du sport a changé ces dernières années, les opinions divergent aujourd'hui quant aux véritables objectifs de l'en-

seignement du sport. Nous devons de nouveau avoir le courage de formuler des critères clairs et mesurables en termes de performances et de capacités pour toutes les catégories d'âge, et de procéder à des contrôles du niveau comme c'était le cas autrefois lors des examens de fin de scolarité. Bien sûr, il faut viser l acquisition d'un large éventail de capacités. Mais cela passe par un contrôle clair des objectifs didactiques car en fin de compte, il convient d'atteindre le but fixé; par exemple disposer des capacités permettant de faire du sport toute sa vie. Mais le débat sur les objectifs doit encore avoir lieu.

Il paraît sensé d'entraîner d'abord les capacités physiques, motrices et psychiques ainsi que les facteurs de motivation indispensables à l'apprentissage du mouvement. Les aptitudes sportives se construisent progressivement à partir de la condition physique et de la coordination, tout comme la lecture commence par l'apprentissage de l'alphabet. Mais l'entraînement d'éléments techniques permet aussi d'acquérir des aptitudes spécifiques. Ainsi, exercer l'appui renversé favorise non seulement l'équilibre, la coordination et la maîtrise du corps, mais aussi la force d'appui.

Condition physique, le retour

Ces dernières années, l'accent a été mis essentiellement sur l'acquisition des habiletés motrices dans le cadre de l'entraînement des enfants et des adolescents, au détriment de la force et de l'endurance. On constate aujourd'hui que le fait de négliger ces facteurs de condition physique a des conséquences graves; le nombre croissant d'enfants souffrant de lésions dues à des mauvaises postures en est un exemple. Il faut donc développer parallèlement et de façon synchronisée les facteurs de condition physique et les habiletés motrices. On sait que l'expérience du mouvement et de la perception de son propre corps est importante; dans cette optique, axer l'enseignement sur les différents types d'exercices de perception et sur le feed-back est tout à fait légitime. Mais nous pensons qu'il faut continuer à donner la priorité à l'activité physique proprement dite plutôt qu'à la discussion sur la matière acquise. L'enjeu est en effet l'apport à long terme de l'activité sportive. Les progrès sur le plan des performances et des acquis ne viennent que par un exercice et un entraînement réguliers. Sans compter que l'impression d'avoir progressé est gratifiant pour les jeunes. Et des jeunes motivés ont plus de chances de poursuivre une activité dans le futur.

Notre description des champs de tension et des polarités peut sembler quelque peu manichéenne. Le but n'est pas d'exclure une voie au profit d'une autre. Mais plutôt d'inciter les enseignants d'éducation physique à chercher une troisième voie et à l'emprunter résolument. Non pas en acceptant des compromis boiteux mais en se concentrant sur l'essentiel et sur ce qui est réalisable. L'éducation physique a – et doit avoir – une fonction éducative. Mais le sport, le mouvement et le jeu doivent rester au centre des préoccupations pour éviter la dispersion et ne pas éveiller des attentes auxquelles on ne pourra pas répondre. Il incombe aux enseignants de se montrer à la hauteur, au point de vue pédagogique, technique, méthodologique et didactique. Quant à savoir si, après la suppression du diplôme fédéral et tous les changements intervenus, la nouvelle formation des maîtres de sport peut leur permettre de jouer ce rôle, la question reste ouverte. //

› Le professeur Kurt Murer est directeur de l'Institut du sport et des sciences du sport de l'EPFZ.
Contact: murer@move.biol.ethz.ch
Cet article est une version légèrement raccourcie de celui paru dans la Neue Zürcher Zeitung du 24.12.2005.

Bibliographie

W.-D. Brettschneider «Schulsport in Deutschland – eine Einschätzung seiner Rahmenbedingungen und Wirkungen» (2005). Paru dans l'ouvrage de U. Pühse, F. Firmin et W. Mengisen (éditeurs): «Schulsportforschung im Spannungsfeld von Empirie und Hermeneutik», pp. 115–128.

"MARATHON DE ZURICH, APRÈS 27 KILOMÈTRES, DES DIFFICULTÉS À MAINTENIR LE RYTHME DE LA COURSE..."

Le jour décisif est arrivé ! Après un entraînement intense, le signal de départ est donné. Au début, je me sentais au sommet de ma forme et j'étais dans les temps. Tout d'un coup, je n'arrivais plus à maintenir mon rythme à un niveau constant et beaucoup d'autres coureurs m'ont dépassé. Est-ce parce que je ne me suis pas arrêté au premier poste de ravitaillement?

Stéphane, 26 ans
Coureur de marathon

ISOSTAR a la solution !

Une course de marathon requiert un engagement total du coureur. Afin de fournir une performance optimale, il est important d'apporter au corps pendant la course et à intervalles réguliers une quantité suffisante de boisson isotonique. Les hydrates de carbone pris avec la boisson fournissent rapidement de l'énergie, et les minéraux éliminés pendant l'effort sont remplacés par ceux contenus dans la boisson.

Une prise de boisson régulière durant la période de préparation et un bilan équilibré de liquide avant le départ de la course sont les meilleures conditions pour une bonne endurance lors d'un marathon. Isostar recommande au sportif de boire 200 ml d'Isostar **Hydrate & Perform** en continu pendant la course. La boisson isotonique apporte rapidement une bonne hydratation et l'énergie nécessaires pour maintenir une bonne performance même dans le dernier tiers de la course.

La plus belle des victoires, c'est la vôtre !

POUR EN SAVOIR + RENDEZ-VOUS SUR LE SITE

isostar.ch

Groupe Suisse de Travail pour la Réadaptation Cardiovasculaire

en collaboration avec

UNIL | Université de Lausanne

UNIVERSITÉ DE GENÈVE

Hecv Santé

GENOLIER Clinique

CLINIQUE LE NOIRMONT

clinique LA LIGNIÈRE

Certificat en réadaptation cardiovasculaire

pour

physiothérapeutes

et maîtres d'éducation physique et de sport

Contenu de la formation

La réadaptation cardiovasculaire occupe une position clé dans la prise en charge des patients cardiaques. Elle vise une restauration optimale de l'intégrité physique et psychique du patient cardiaque et la réinsertion socio-professionnelle la plus rapide et la plus complète possible. Le thérapeute doit être à même d'établir un programme d'activité physiques en collaboration avec le cardiologue, de diriger, de contrôler et d'adapter cette activité en fonction du patient, des répercussions physiques, psychiques, sociales de la maladie cardiaque et des aspects de prévention secondaire.

Lieux et dates du cours

- 25 au 30 septembre 2006 – Clinique Le Noirmont, Le Noirmont
- 4 au 9 décembre 2006 – Clinique Le Noirmont, Le Noirmont

Lieux et dates du stage pratique

- stage de 2 semaines à faire au choix entre le printemps et l'automne 2007, dans une institution de Réadaptation cardiovasculaire agréée par le GSRC comme centre de formation

Coût

- Formation: FRS 3'800.– (~ 2'500 EUR) y compris les supports de cours et le stage
- Repas et hébergement non compris

Inscriptions

Clinique Le Noirmont
Mme Y. Röthenmund
2340 Le Noirmont
Tél. 032 957 56 20
Fax 032 957 56 27
E-mail: yolande.rothenmund@clen.ch