Zeitschrift: Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport

Herausgeber: École fédérale de sport de Macolin

Band: 51 (1994)

Heft: 9

Artikel: Apprendre et enseigner le sport (3) : l'acquisition des habiletés motrices en fonction d'une capacité

Autor: Mengisen, Walter

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-998285

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: 11.07.2025

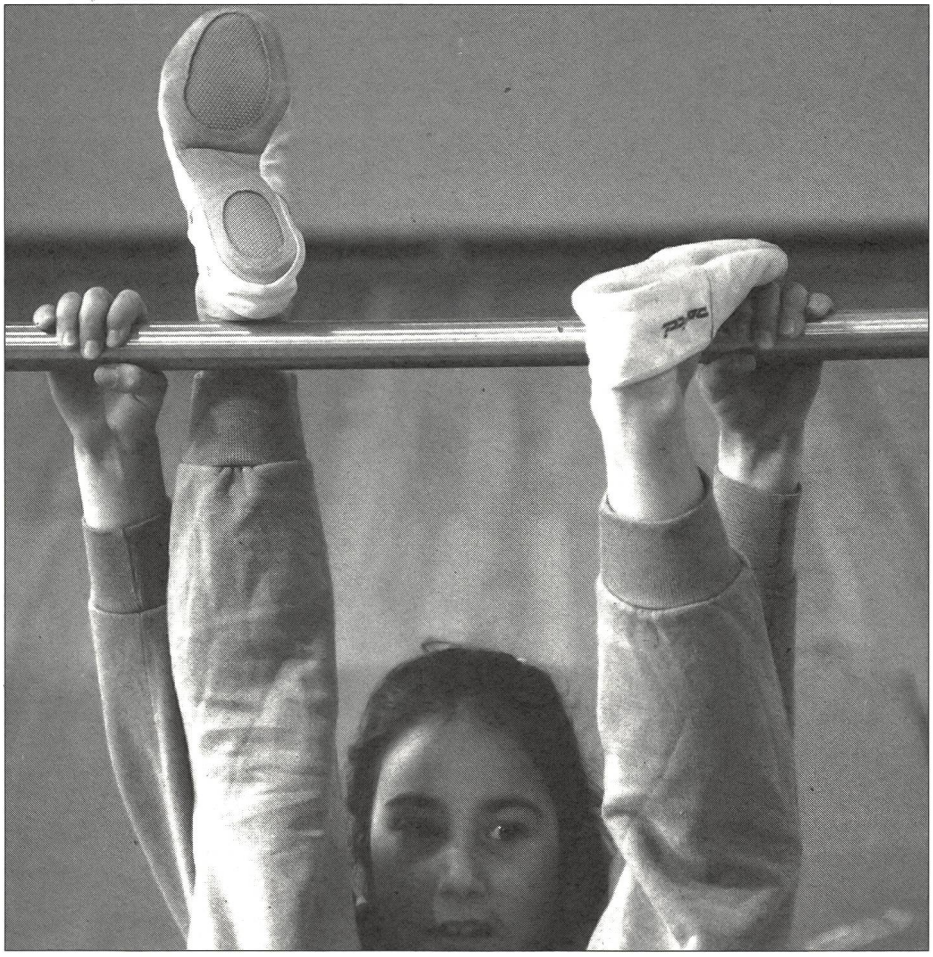
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Apprendre et enseigner le sport (3)

L'acquisition des habiletés motrices en fonction d'une capacité

Walter Mengisen
Traduction: Christine Reist

De par sa dimension historique, la gymnastique aux agrès a connu une approche fortement normalisée, approche également cimentée en compétition avec l'expression de la gymnastique artistique. Lorsque l'on travaille avec des jeunes, la priorité ne devrait pas être donnée, dans la phase de développement, au règlement de compétition mais aux possibilités motrices qui en résultent par rapport à l'âge. Une forme, qui peut être considérée comme judicieuse pour des enfants de 7 ans, peut être totalement absurde pour des élèves à l'âge pubertaire. Quelles conséquences faut-il en tirer? Il s'agit d'abord, dans le processus d'apprentissage, d'acquérir des habiletés en fonction d'une capacité. «Chaque habileté motrice à acquérir ou déjà acquise doit être liée étroitement à une capacité motrice supérieure» (*Hotz* 1986, 13). Concrètement, cela signifie que, dans la phase de développement, nous ne procédons pas systématiquement (A: Auerbach, B: Barani) mais que nous mettons l'accent sur les capacités telles que balancer, prendre appui, élancer, voler, tourner, etc. Plus un modèle de mouvement de base est exercé à l'aide de ces activités, plus grande sera la stabilité et la disponibilité des habiletés qui en résultent.



A quoi peuvent ressembler de telles activités de base? *Illi* (1994) a essayé de constituer un catalogue de ces possibilités. Il s'agit là de capacités fondamentales susceptibles de jouer un rôle essentiel dans toutes les habiletés en gymnastique aux agrès (voir ill. 1 à 5).

Selon *Hotz* (1986, 13), le développement de ces habiletés en fonction d'une capacité et de diverses formes de variantes a la structure suivante:

Formes fonctionnelles

↑ ↑ ↑

Activités fondamentales relatives à une fonction: balancer, prendre appui, élancer, voler, tourner comme bases de la diversité des formes.

↑

Bases fonctionnelles motrices: contracter-décontracter, sauter, assouplir, etc.

↑

Plus la base des capacités est large, plus les possibilités d'habiletés aux agrès seront riches.

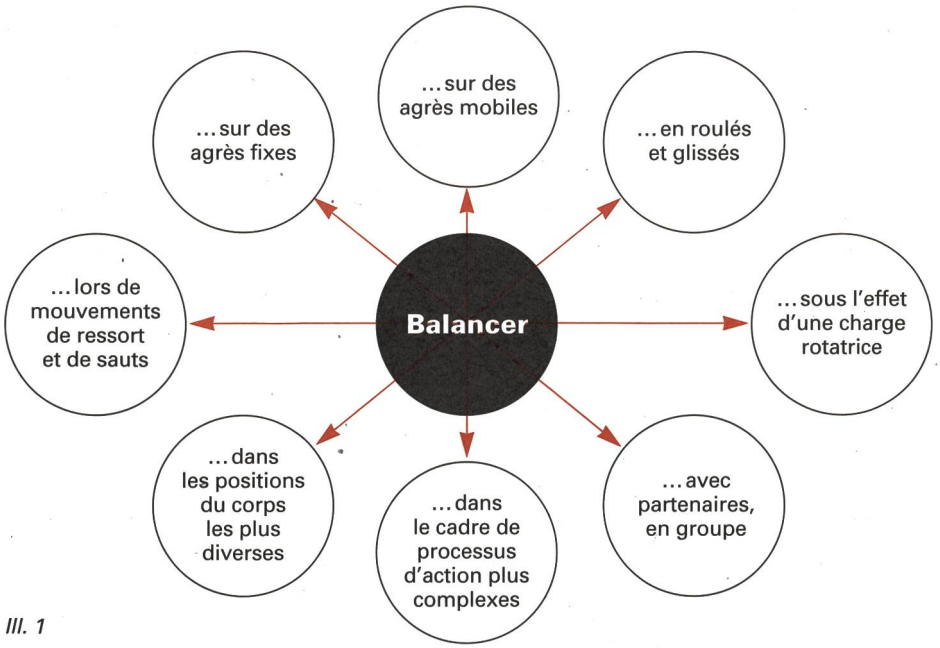
A quoi pourrait ressembler, en gymnastique aux agrès, un modèle par niveaux pour un entraînement technique axé sur la capacité? Au premier niveau d'apprentissage (débutants), en particulier, on peut dégager les accents de l'acquisition des habiletés en fonction d'une capacité. Ces accents sont les suivants:

Rabais spécial pour les groupes Jeunesse + Sport

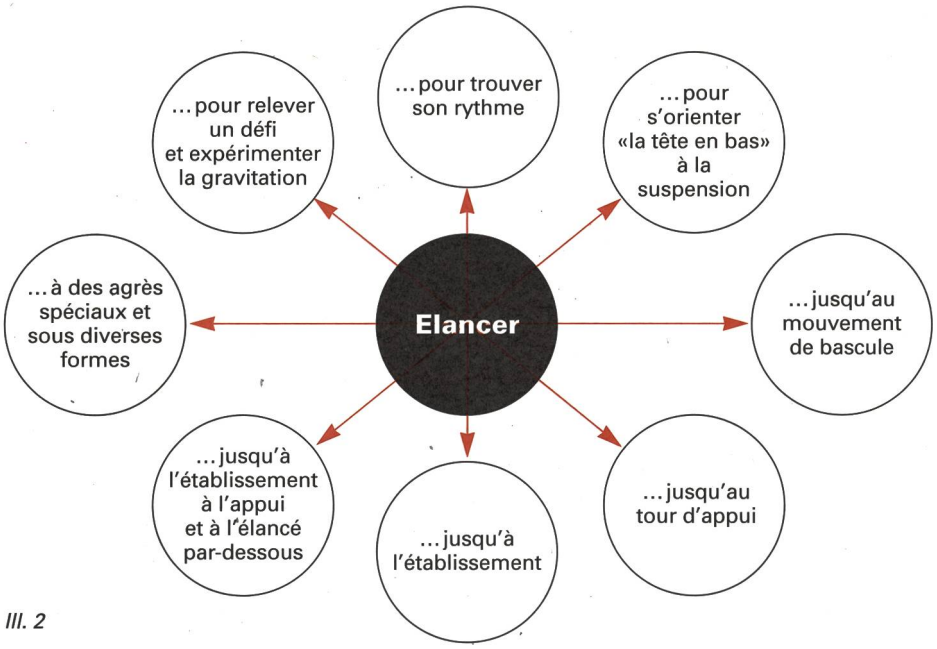
En train, en bus ou en bateau...
65 pour cent de réduction
sur les prix ordinaires.

Demandez le prospectus
à votre service J+S.

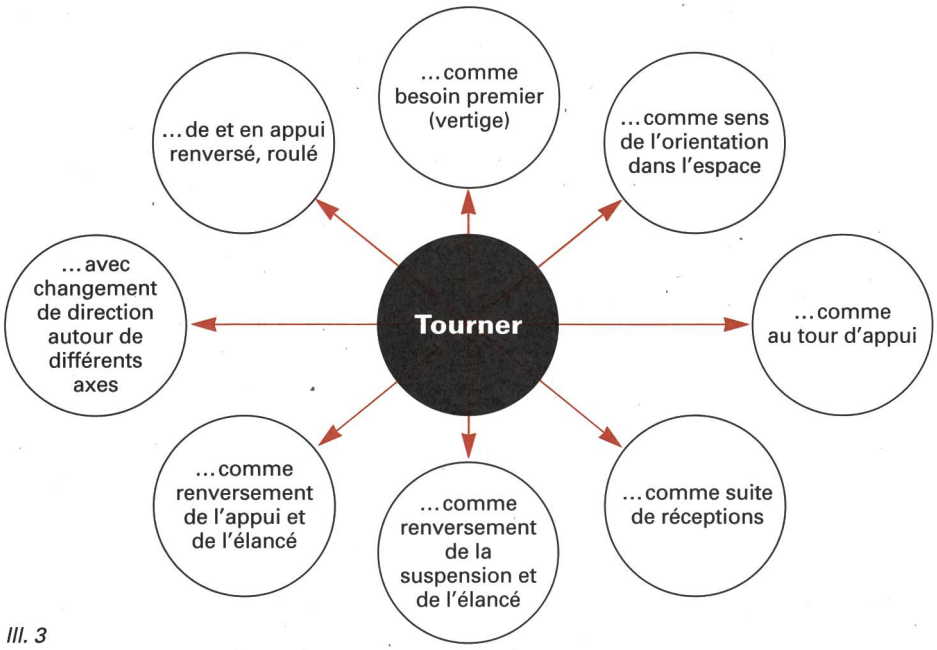
CFF



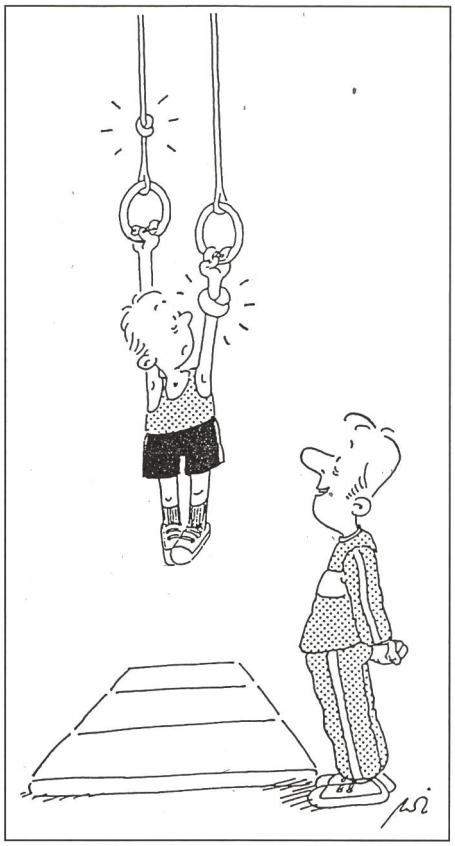
III. 1



III. 2

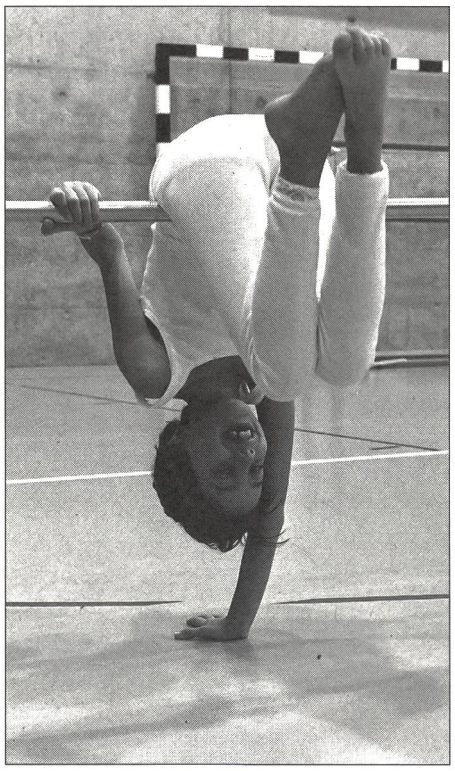


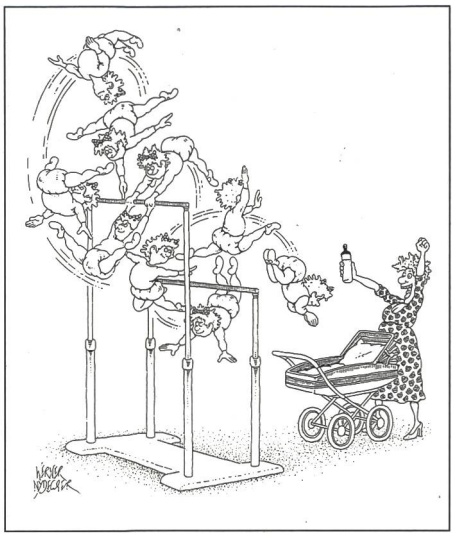
III. 3

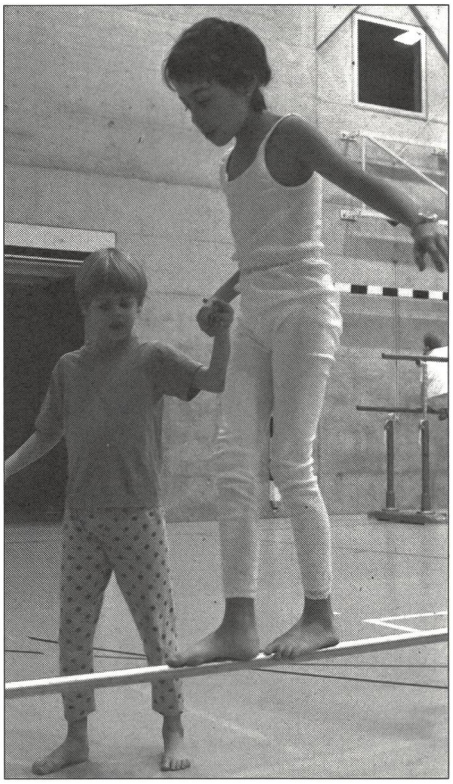


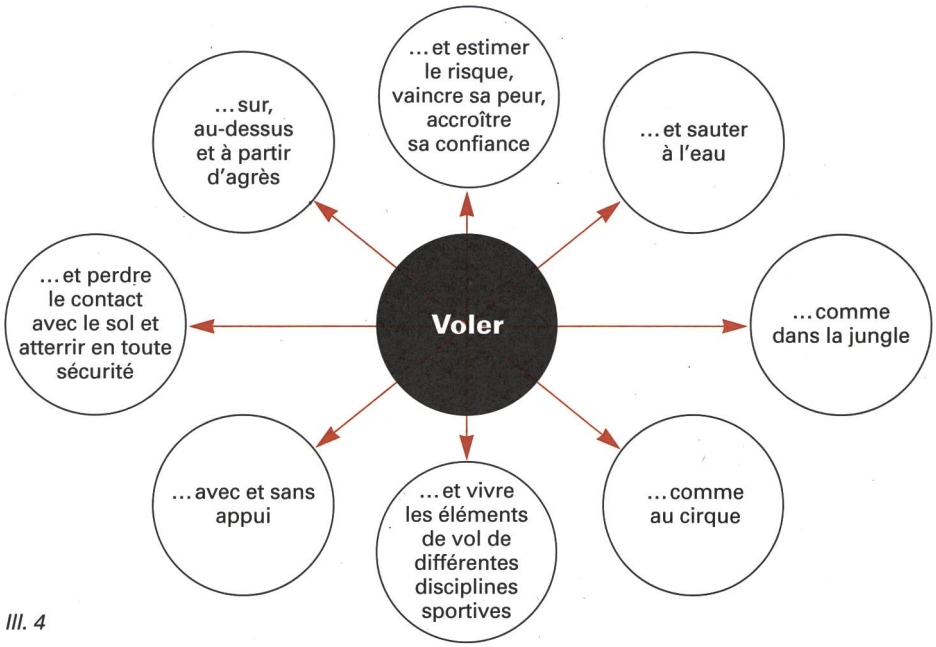
«La sortie était presque parfaite! La prochaine fois, tu n'as plus qu'à lâcher les anneaux!»

Walter Mengisen, maître d'éducation physique au Gymnase de Bienne, enseigne également la didactique à l'Institut du sport et des sciences du sport de l'Université de Berne. Il est membre de la Commission fédérale de sport (CFS).

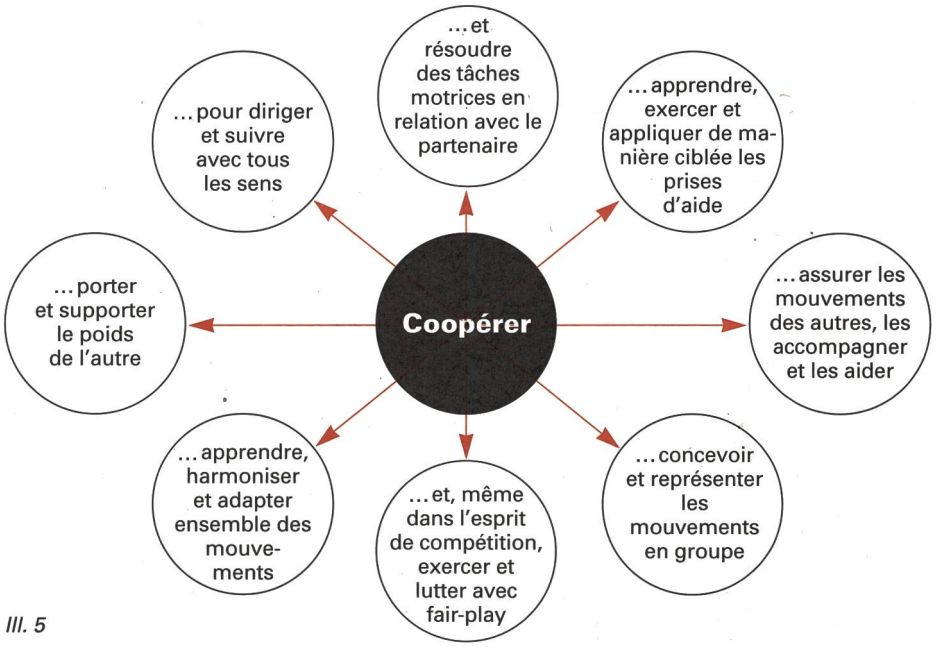








Ill. 4



Ill. 5

1er niveau d'apprentissage: l'acquisition

Il s'agit là de faire en sorte que les apprenants reçoivent le plus grand nombre de possibilités motrices afin qu'ils trouvent leurs propres formes de mouvement. Ils doivent expérimenter, recueillir des expériences motrices dans des conditions plus faciles, dans un jardin d'agrès par exemple. L'enseignant est avant tout un conseiller: il doit orchestrer les possibilités d'exercice et donner des indications et des idées qui ne soient pas d'ordre technique restrictif mais qui développent le sens corporel et moteur des enfants (principe dialectique: en tant qu'enseignant, je demande aux apprenants ce qu'ils ressentent). Les enfants, en particulier, sont très créatifs en matière de possibilités motrices et ne devraient pas être freinés trop tôt par des représentations de mouvement normalisées. Les apprenants doivent disposer de suffisamment de temps pour se familiariser avec les possibilités motrices. Avec quelques tours de main, certains agrès traditionnels standards peuvent se transformer en possibilités motrices des moins conventionnelles. Il convient notamment d'exercer les mouvements les plus divers au plus grand nombre d'agrès possible. Lors de cette phase, l'enseignement doit être dispensé sur un terrain aussi vaste que possible et ne pas être limité par un quelconque règlement de compétition. Prenons l'exemple de la rotation (tourner). Nous essayons de susciter le plus grand nombre de rotations dans diverses positions (groupée/carpée/tendue) dans un jardin d'agrès avec les agrès les plus divers à partir des positions de départ les plus variées dans diverses positions finales, à diverses vitesses de mouvement (par exemple, avec expérience des contraires). La forme finale, telle que le tour d'appui en avant à la barre fixe, ne doit pas être exercée de manière isolée. L'accent doit être mis sur la capacité, entre autres, à s'orienter dans une rotation. Lors des phases d'apprentissage ultérieures, l'apprenant peut revenir à ces expériences et les employer de manière ciblée pour certaines habiletés spécifiques.

Bibliographie:

Hotz, A.: Qualitatives Bewegungslernen, Zumikon, 1986.
Illi, U.: Manuscrit inédit, 1994.
EFSM/DRS/ASEP: Productions vidéo 1991:
– Coopération, piste d'agrès, gymnastique au sol V 72.119.
– Les sauts d'appui, barre fixe, sauts périlleux V 72.120. ■