

Jeunesse + Sport

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin**

Band (Jahr): **34 (1977)**

Heft 4

PDF erstellt am: **06.08.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



Communications des chefs de branche

Gymnastique aux agrès et à l'artistique, jeunes filles

Spécialisation gymnastique artistique

Depuis la révision du manuel en 1976, les tests 4, 5 et 6 ont été revus. Voici la nouvelle liste d'éléments valable dès le 1er janvier 1977.

Test 3: comme avant

Test 4:

Saut: comme avant

Barre fixe: du siège transv., tour d'appui en av. / saut à l'appui en passant j. dr. et g. une après l'autre pour se retrouver à l'appui dors. (entrée T 4, barres asym.) / du siège transv. s'abaisser en arr. et se rétablir en av. au siège transversal

Barres asym.: bascule de siège / de l'appui dorsal, s'abaisser en arr. à la susp. mi-renversée et retour à l'appui dorsal / saut écart en av. par-dessous avec 1/2 t. à la stat.

Poutre: rouler en av. / appui renversé / saut arabesque

Sol: roue sautée / saut roulé (répulsion d'un pied) / pirouette 360°

Test 5:

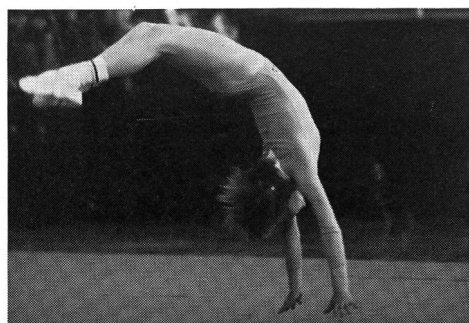
Saut: renversement (100 cm)

Barre fixe: tour d'appui en av. / bal. en av. en susp. et bascule / de l'appui, élan en arr. et passer j. écartées p.-dessus la b. à l'appui dors.

Barres asym.: bascule à l'appui barre haute / tour d'appui dorsal en av. / de l'appui b. h., s'abaisser en arr. et saut carapé en av. à la stat.

Poutre: 3 parties B

Sol: renversement j. écartées transv. / rondade flic-flac / roue libre



Test 6:

Saut: saut libre (110 cm)¹

Barre fixe: 2 parties B, 1 partie C¹

Barres asym.: 2 parties B, 1 partie C¹

Poutre: 2 parties B, 1 partie C¹

¹ d'après les prescriptions internationales

Sol: Salto av. (avec tremplin) / rondade – 2 flics-flacs / 1/1 t. sur un pied. pas av. et pirouette 360° en dedans

La barre fixe figure toujours sur la liste, car elle est souvent indispensable pour avoir suffisamment de places d'entraînement.

La liste de 1976 reste valable pour la gymnastique aux agrès, tandis que dans la gymnastique artistique il est permis d'utiliser la nouvelle.

Précisons toutefois qu'il est possible de s'en tenir à l'ancienne liste dans les deux branches jusqu'à la prochaine révision officielle du manuel du moniteur.

La responsable de la branche: B. Boucherin

Tennis

Cinq moniteurs J+S ont réussi un cours d'experts en janvier. Le deuxième jour, les candidats sont entrés dans un CC qui réunissait 27 experts de toute la Suisse. Le programme de ce CC était très varié. En voici la structure générale.

Conférences sur les thèmes suivants:

- But de l'enseignement du tennis
Les instructions dans le tennis (instructions avant, pendant et après l'exécution des mouvements)
- Initiation au questionnaire sur l'analyse des fautes
- Informations sur les problèmes de l'entraînement de la condition physique (but de performance, planification, contrôle, programmes)
- Informations sur les centres d'entraînement locaux, régionaux et nationaux dans l'AST
- Idées et désirs de l'entraîneur national
- Trois ans de tennis dans J+S (expériences, difficultés, situation actuelle, planification, évaluation des rapports d'experts, enquête)

Travail pratique:

- Essais pratiques avec le questionnaire sur l'analyse des fautes (puis travail en groupes)
- Exercices pour la tactique dans le double

Les moniteurs qui s'intéressent aux conférences peuvent les obtenir chez le chef de la branche.

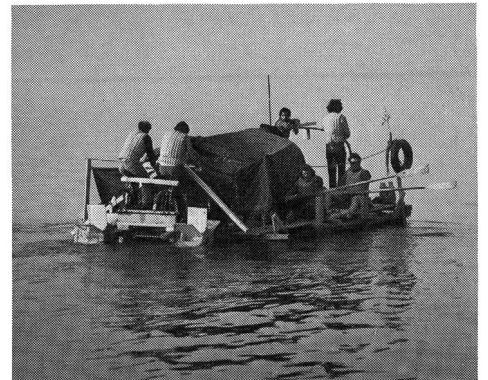
Le chef de la branche: M. Meier

Informations générales

Mutation à l'EFGS

Nous voudrions vous informer au sujet d'une mutation interne rendue nécessaire par une modification du cahier des charges de nos collaborateurs Gerhard Witschi et Viktor Jenny. Les conséquences de ce changement, qui a eu lieu le 1er mars dernier, sont les suivantes.

Gerhard Witschi est passé de la division du sport de la jeunesse et des adultes à la division de l'instruction où il continue à diriger la branche excursions et sports de plein air et



où il s'engage à former des moniteurs de camp. Il garde toutefois sa place au sein de la direction de J+S à l'EFGS. Viktor Jenny, qui s'occupe toujours du sport des apprentis, dirige maintenant aussi le service des affaires générales et de la propagande rattaché à la section Jeunesse + Sport. Il est devenu en même temps le suppléant du chef de cette section et est entré comme tel dans la commission J+S de l'EFGS. Pour décharger Viktor Jenny, Kaspar Zemp a obtenu les compétences de diriger quasiment en toute indépendance le secteur de la propagande à l'intérieur du service et a assumé également la présidence de la commission fédérale de presse et de propagande J+S.

Complément du tableau des cours

3e trimestre 1977

Changement de dates

Le cours de moniteurs 1 handball VD 15 prévu du 4 au 9 juillet 1977 est reporté. Il aura lieu du 17 au 22 octobre 1977.

Délai d'inscription: le 17 août 1977

Examens de performance : directives d'examen *Nouveau: le cross*

No EP	Examen	Qualification de moniteur indispensable																																						
645	<i>Examen de condition physique, jeunes gens</i> Examen: examen de la branche A	Exigence: 45 points Entraînement de la condition physique																																						
640	<i>Examen de condition physique, jeunes filles</i> Examen: programme de base de l'examen de la branche sans la branche à option «Fitness-Musical»	Exigence: 25 points Athlétisme																																						
650	<i>Athlétisme:</i> Examen: tétrathlon avec une discipline de chaque groupe de disciplines <table border="0"> <tr> <td><i>Groupe</i></td> <td><i>Disciplines, jeunes gens</i></td> <td><i>Disciplines, jeunes filles</i></td> <td></td> </tr> <tr> <td>sprint et haies</td> <td>80 m ou 100 m ou 100 m haies</td> <td>80 m ou 100 m ou 60 m haies</td> <td></td> </tr> <tr> <td>sauts</td> <td>en longueur ou triple ou en hauteur ou à la perche</td> <td>en longueur ou en hauteur</td> <td></td> </tr> <tr> <td>lancers</td> <td>poids de 5 kg* ou disque de 1,5 kg ou javelot de 600 g</td> <td>poids de 3 kg ou disque de 1 kg ou javelot de 400 g ou balle de 80 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td>demi-fond et marche</td> <td>600 m ou 1000 m ou marche: 2 km ou 5 km</td> <td>600 m ou marche: 2 km ou 5 km</td> <td></td> </tr> </table> <i>Organisation:</i> Règlement de concours J + S <i>Barème:</i> barème J + S JG + JF <i>Exigences:</i> (total des points du tétrathlon): <table border="0"> <tr> <td>14 ans</td> <td>jeunes gens: 70 points</td> <td>jeunes filles: 40 points</td> </tr> <tr> <td>15 ans</td> <td>100 points</td> <td>50 points</td> </tr> <tr> <td>16 ans</td> <td>120 points</td> <td>60 points</td> </tr> <tr> <td>17 ans</td> <td>140 points</td> <td>70 points</td> </tr> <tr> <td>18 ans</td> <td>150 points</td> <td>70 points</td> </tr> <tr> <td>19/20 ans</td> <td>160 points</td> <td>70 points</td> </tr> </table>	<i>Groupe</i>	<i>Disciplines, jeunes gens</i>	<i>Disciplines, jeunes filles</i>		sprint et haies	80 m ou 100 m ou 100 m haies	80 m ou 100 m ou 60 m haies		sauts	en longueur ou triple ou en hauteur ou à la perche	en longueur ou en hauteur		lancers	poids de 5 kg* ou disque de 1,5 kg ou javelot de 600 g	poids de 3 kg ou disque de 1 kg ou javelot de 400 g ou balle de 80 g		demi-fond et marche	600 m ou 1000 m ou marche: 2 km ou 5 km	600 m ou marche: 2 km ou 5 km		14 ans	jeunes gens: 70 points	jeunes filles: 40 points	15 ans	100 points	50 points	16 ans	120 points	60 points	17 ans	140 points	70 points	18 ans	150 points	70 points	19/20 ans	160 points	70 points	Athlétisme Entraînement de la condition physique
<i>Groupe</i>	<i>Disciplines, jeunes gens</i>	<i>Disciplines, jeunes filles</i>																																						
sprint et haies	80 m ou 100 m ou 100 m haies	80 m ou 100 m ou 60 m haies																																						
sauts	en longueur ou triple ou en hauteur ou à la perche	en longueur ou en hauteur																																						
lancers	poids de 5 kg* ou disque de 1,5 kg ou javelot de 600 g	poids de 3 kg ou disque de 1 kg ou javelot de 400 g ou balle de 80 g																																						
demi-fond et marche	600 m ou 1000 m ou marche: 2 km ou 5 km	600 m ou marche: 2 km ou 5 km																																						
14 ans	jeunes gens: 70 points	jeunes filles: 40 points																																						
15 ans	100 points	50 points																																						
16 ans	120 points	60 points																																						
17 ans	140 points	70 points																																						
18 ans	150 points	70 points																																						
19/20 ans	160 points	70 points																																						
651	<i>Cross</i> Examen: parcours bien jalonné sur terrain découvert ou en forêt; petites montées avec des obstacles simples, naturels et ne présentant aucun danger: <i>Longueur:</i> jeunes filles 2 à 5 km jeunes gens 3 à 8 km Exigence: réaliser un temps qui dépasse le temps idéal de moins de 40%. (temp idéal: moyenne des 3 meilleurs temps calculée séparément pour les jeunes filles et les jeunes gens.)	Tous les moniteurs J+S																																						
660	<i>Course d'orientation</i> Examen: selon directives particulières (voir manuel du moniteur)	Course d'orientation																																						
665	<i>Programme de tests de natation</i> Examen: examen de la branche 2A ou 3A	Exigence: comme examen de la branche Natation																																						
666	<i>Programme de natation d'endurance</i> Examen: 1000 m Organisation dans un bain gardé ou sous la surveillance d'un titulaire du brevet de sauvetage	Exigence: 30 minutes Tous les moniteurs J + S																																						
670	<i>Ski, programme allround</i> Examen: examen de la branche 1	Exigence: comme examen de la branche Ski																																						
671	<i>Ski, programme de compétition</i> Examen: slalom de 20 à 30 portes Exigence: JG = temps idéal JG + 50% / JF = temps idéal JF + 50% Groupes mixtes: JG = temps idéal groupe mixte + 50% / JF = temps idéal groupe mixte + 70%																																							
685	<i>Excursion d'un jour à skis</i> (pas en haute montagne) Examen: 20 km (100 m de montée = 1 km au plat) minimum: 300 m de montée Exigence: accomplir le trajet complet au sein du groupe	Ski Excursions à skis																																						
675	<i>Randonnée à skis de fond</i> Examen: excursion d'un jour <ul style="list-style-type: none"> - 20 km par conditions difficiles (neige fraîche sans trace) - 25 km par conditions faciles Exigence: accomplir le trajet complet au sein du groupe	Ski de fond																																						
676	<i>Ski de fond, compétition</i> Examen: course de 4 à 8 km Exigence: JG = temps idéal JG + 80% / JF = temps idéal JF + 80% Groupes mixtes: JG = temps idéal groupe mixte + 80% / JF = temps idéal groupe mixte + 100%																																							
680	<i>Excursion d'un jour à pied</i> Examen: 25 km (100 m de montée = 1 km au plat) Exigence: accomplir le trajet complet au sein du groupe	Tous les moniteurs J + S																																						
655	<i>Marche de performance</i> Examen: 15 km (100 m de montée = 1 km au plat) Exigence: jeunes gens = 2 h. 15 min. jeunes filles = 2 h. 30 min.																																							