

# Le rythme, c'est la vie!

Autor(en): **Greder, Fred**

Objektyp: **Article**

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

Band (Jahr): **4 (2002)**

Heft 1

PDF erstellt am: **06.08.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-995915>

## **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.

# Le rythme, c'est

*Le rythme est...*

*Flux et reflux*

*Forme et absence de contours*

*Ressemblance mais jamais identité*

*Unité et vitalité*

*Dominant, mais n'est jamais dominé*

*Permanent et pourtant toujours autre*

*Soutien et accompagnement – il est la vie.*

Fred Greder

Le rythme donne de l'assurance

**«Gauche, deux – trois – quatre!»**

A la fin d'une leçon de natation, les enfants se présentent sur le plongeur. Un garçon imite la parade du soldat en répétant: «Gauche, deux – trois – quatre!» Il marche ainsi jusqu'à l'extrémité de la planche, lève la main en signe de salut et plonge. Sans hésiter, il reconduira l'exercice soutenu par l'enchaînement des pas ainsi intériorisé.

Le rythme est économique

**«A cloche-pied dans les escaliers!»**

Bien sûr... on peut aussi descendre les escaliers en marchant ou trotinant de manière régulière, un pas après l'autre. Mais suivant les pensées qui défilent dans notre tête, on se surprend parfois à dévaler les marches selon un rythme qui suit les courbes de notre humeur. Plus l'escalier est long, plus cette tendance se manifeste. Postez-vous au bas d'une grande rampe et observez!

Le rythme fascine

**«Je préfère le tambour!»**

Les enseignants d'une école de musique présentent les différents instruments. Ils promènent l'archet le long des cordes du violon, soufflent dans les flûtes et clarinettes et grattent la guitare. Le regard des enfants se focalise cependant sur une autre partie de la salle où trônent les instruments à percussion. Aux premiers battements, les petits se mettent à battre la mesure avec leurs pieds et même à sautiller à travers la salle. Et pourtant, aucune mélodie ne berce leurs oreilles, seul le rythme pur les tient en haleine.



# est la vie!

Le rythme apaise et sécurise

## «Dans les bras de Morphée»

Le bébé crie et crie encore. Les paroles rassurantes ne sont d'aucune utilité, il continue de plus belle. Enervant. On prend alors l'enfant dans ses bras et on le berce doucement. Les pleurs diminuent et s'espacent. Au son d'une petite chanson, le bébé calmé par le rythme apaisant de la musique, reprend un souffle régulier et s'endort paisiblement.

Le rythme stimule

## «Encore une fois, s'il vous plaît!»

Installé sur les genoux de sa maman, un enfant se balance au rythme de la comptine «En bateau, ma mie, ma mie...». L'histoire se termine abruptement, l'enfant est lâché, puis retenu par les bras maternels. L'émotion passée, il redemande inlassablement: «Juste encore une fois!» Et la maman entonne pour la cinquième fois consécutive l'air bien connu de notre enfance...

Le rythme motive et entraîne

## «On reprend au début!»

Quatre pas en avant, une rotation, bras levés, juste sur le quatrième temps. «Tu n'es pas dans le rythme!» crie une écolière. «Allez, on recommence!» Les élèves de huitième remettent l'ouvrage sur le métier avec un entrain qui ravit le professeur de sport cantonné au rôle de DJ au fond de la salle. «Encore une fois depuis le début!» l'enseignant s'exécute et appuie docilement sur la touche repeat. Les filles se redressent et reprennent l'enchaînement sous les ordres de la meneuse: «Allez, un, deux, trois et quatre!»

Le rythme est...

...l'accentuation dynamique des composantes d'une séquence, dont l'ordre est déterminé par un schéma temporel demandé ou choisi par l'individu même. La clarté du rythme se fonde sur la répétition de complexes de composantes identiques ou similaires. Les composantes d'un déroulement moteur qui peuvent être disposées de manière à constituer des complexes rythmiques sont toutes les habiletés motrices reconnaissables et délimitables dans leurs expressions figurales, spatiales, temporelles et énergétiques...

Röthig, P. et A. (Edit.). Dictionnaire des sciences du sport. Schorndorf, Hofmann, 1992.

Le rythme rassemble

## «Feel the beat!»

Avant qu'on ne les entende, on les sent monter... les basses. En sourdine d'abord, elles montent en puissance, s'amplifient et commencent à gronder. La foule s'agite, se déhanche, saute... Une pulsation géante, amplifiée par des milliers de watts domine la ville, incite à s'y noyer, ou à quitter les lieux au plus vite!

Texte: Roland Gautschi

**Un grand merci à** Fred Greder, Karin Luginbühl et Arturo Hotz pour leur précieux soutien dans l'élaboration des articles.