



Edito

Just move...

On ne dira jamais assez l'importance du mouvement dans la vie d'un enfant ou d'un adulte, le développement de chacun étant étayé dans une mesure déterminante par ses possibilités d'expériences motrices. A vrai dire, il est peu de comportements ou d'attitudes qui ne s'expriment pas par le biais de mouvements.

Dans cette perspective, le rôle de l'enseignant en éducation physique et sportive s'avère essentiel. Les nombreuses pratiques et situations d'apprentissage qu'il propose aux élèves constituent un champ d'investigation indispensable à leur épanouissement, tant physique qu'émotionnel ou intellectuel.

Les activités regroupées dans les manuels EP à l'enseigne de «Vivre son corps, s'exprimer, danser» sont particulièrement favorables au développement des capacités motrices. Plusieurs articles de ce présent numéro proposent des éclairages attractifs dans les domaines de la danse, de l'expression corporelle et de la créativité. Entre chorégraphie, hip-hop et... Jolly Jumper, nous vous souhaitons une bonne lecture et après, just move...

Heureuses fêtes et bel hiver à toutes et à tous!

Jean Aellen



Sommaire

2

ESPACE PRATIQUE

Danse



7

ESPACE VÉCU

Joutes sportives de 9^e année

Le «DANCE CONTEST»

10

ESPACE PRÉVENTION

La prévention du dopage:
Quoi de neuf ?

12

LA PAGE DE ...

L'ANIMATEUR PÉDAGOGIQUE

Texas blues

14

ESPACE INFO

Les Balcons du Léman

16

L'OUVRAGE SUR LE MÉTIER

- Economie du sport en Suisse
- Innovation et vie des établissements scolaires
- Les Sciences du sport entre cultures et techniques



Danse



Joëlle Berney Jaccard
Maîtresse d'éducation physique
à Yverdon-les-Bains

Hip-hop, break, funk, aérobic, salsa, ... , que de d'étiquettes diverses pour un seul mot: DANSER.

Cet article propose de sortir des sentiers battus et d'entrer dans le monde de la CREATION, en accordant beaucoup d'importance au développement de l'EXPRESSION.

Voici donc quelques situations de danse, qui se glissent, se fondent au travers ou en prolongement de nos leçons d'éducation physique et sportive.

Toutes ces activités peuvent être réalisées tant avec des élèves du primaire que du secondaire, il suffit d'en adapter l'approche et les musiques utilisées. Toutefois, une certaine mise en condition est absolument inévitable; les points suivants nous y aident.

- Peu d'élèves et un espace restreint (salle de rythmique) créent une atmosphère faite de confiance et de décontraction.
- Les tâches doivent être claires et précises afin de guider l'élève, tout en lui laissant l'ouverture indispensable.
- Le choix musical est primordial. La musique doit être adaptée au niveau de perception de l'élève; elle doit aussi soutenir et conduire le mouvement.

Vers une démarche de création

Mise en confiance et écoute

Ecouter la musique (primaire)

Jeu des «chats et souris»

La majorité des élèves sont des souris et ne se déplacent que sur «la musique des souris» (petits pas, rapides). 2-3 élèves sont des chats, qui ne se déplacent que sur «la musique des chats» (grands pas, lents) et essaient de toucher les souris qui deviendront ainsi des chats.

Sautecroche no 7

morceaux no 12 chats/no 15 souris

Ecouter l'autre (secondaire)

La marche silencieuse

Dans un espace limité, les élèves se déplacent en marchant en silence. Progressivement, et sans signe extérieur, tous se calquent sur un seul rythme et marchent ensemble. Accélérer puis ralentir, toujours sans signe, tous en même temps.

La statue secrète

Par 2. A prend une position alors que B ferme les yeux et cherche à tâtons la position de A. Lorsqu'il pense l'avoir reconnue, B prend la position de A.

Collaboration, dialogues corporels

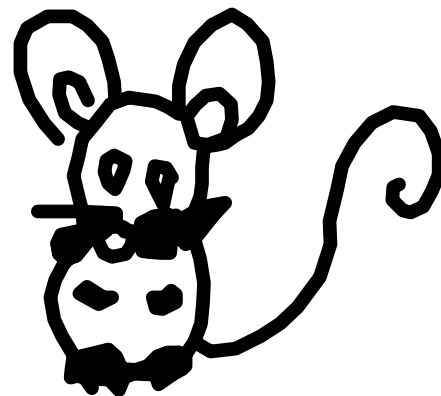
Le pantin articulé

Par 2, A est le pantin de B. Lorsque B touche une articulation de son pantin (genou, poignet, hanche, ...), celui-ci bouge et fait un mouvement qui part de cet endroit précis puis s'arrête et attend la prochaine «touche» (robot).

Si le pantin est à l'aise: chaque «touche» induit un grand mouvement, un «pas de danse» qui part de l'endroit de «touche» (amplitude).

Variante 1: choisir 4 endroits de «touche» et les répéter. Les mouvements devraient être chaque fois différents.

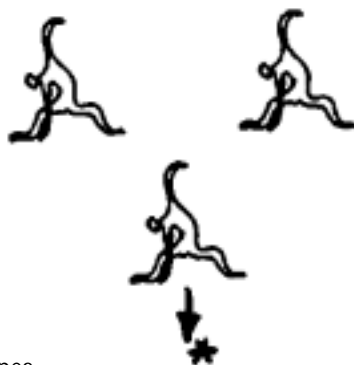
Variante 2: le pantin mémorise les 4 endroits de «touche» et enchaîne ses mouvements sans les «touches» du guide. Faire deviner les 4 endroits à des élèves n'ayant pas suivi le cheminement.



Le dialogue muet

Par 2, face à face. Communiquer par des signes ou des gestes en commençant par des mouvements simples et brefs puis chercher à en augmenter l'amplitude. Essayer de raconter une histoire à un spectateur imaginaire. Donner des thèmes.

Eviter les signes conventionnels connus, tels que: je réponds au téléphone, je boude en croisant les bras, ...

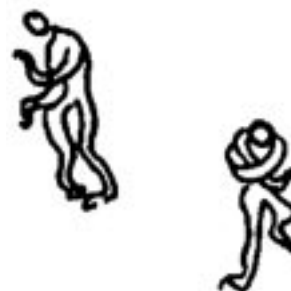
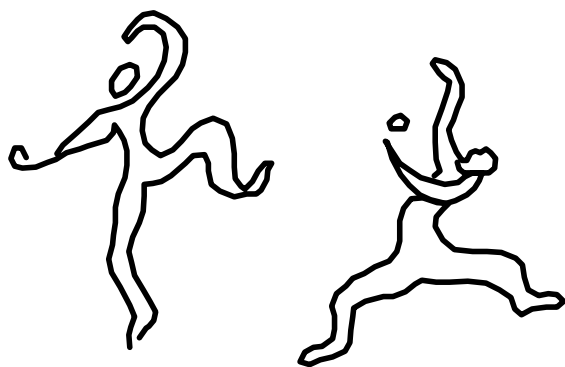


Déplacement dans l'espace

Individuel, puis par 2 et même par petits groupes.

Les situations ci-dessous placent l'élève dans l'espace qu'il doit apprivoiser et occuper pour l'«habiter» finalement.

Voici quelques aides afin de lui faire découvrir des éléments clefs comme: le plan - la direction - le chemin, ... (cf plus loin, explication des mots clefs).



Travailler d'abord chaque terme séparément, sur des musiques contrastées - plutôt énergiques et porteuses pour travailler «grand» et à tendance calme mais précise (piano) pour travailler «petit», en insistant bien sur le contraste à créer.

Par la suite, alterner les 2 musiques et les élèves doivent s'adapter en passant de l'une à l'autre.

Variante: choisir une musique neutre ou le silence. Les élèves se déplacent selon leur choix, le but étant d'essayer de deviner dans quel monde ils se situent. Aussi par 2.

Musique: R. Aubry «Après la pluie» no 5 «grand»/no 3 «petit».

Le miroir

Par 2, face à face. Avec des mouvements lents, l'un imite l'autre. L'idéal serait de ne pas pouvoir dire qui des 2 élèves guide l'autre. Essayer de changer de guide sans paroles, mais en «sentant» ce que fait l'autre.

Variante: par 3, en triangle. Suivre le leader qui se trouve à une pointe du triangle. Puis, en changeant de direction, «passer» le relais à un autre meneur*.

Grand - Petit

Ces termes sont à prendre dans le sens «ample» - «restreint» plutôt que «géant» - «nain».

Librement, mais en occupant tout l'espace à disposition, se déplacer en étant le plus «grand» possible avec ses bras, ses jambes, son dos, ... bref, avec le maximum d'amplitude.

Au contraire, se déplacer tout en étant «coincé», restreint dans ses mouvements.



Le vent

En traversées de salle.

La musique représente la force du vent qui souffle en plein visage. La difficulté à avancer dans le vent est dictée par le volume de la musique, à diminuer ou à augmenter.

Musique: R. Aubry «Après la pluie» no 8.

Les graffitis

Librement ou en traversées de salle.

Les élèves découvrent le sol, le chemin, le trajet dans l'espace et diverses directions. La salle est une feuille blanche et les pieds représentent les pinceaux ...

Chercher à couvrir toute la feuille en faisant le maximum de traces différentes (traits, points, cercles, avec/sans angles, fin/large, ...)

Variante 1: pieds et mains sont des pinceaux, puis le corps entier. Faire des empreintes avec le dos, les jambes, le revers des mains.

Variante 2: jouer avec la cadence de la musique (rapide - lent).



La jungle

En traversées de salle

Traverser la «jungle» en évitant des pièges, en imaginant des troncs, une végétation, un pont suspendu, ... une aventure. Chacun invente sa propre histoire, qu'il pourra «raconter» et faire deviner à 1, 2 camarades ou à toute la classe.

Variante 1: traverser une jungle épaisse, dense ou au contraire aérée, clairsemée.

Variante 2: par 2-3, apprendre mutuellement quelques pas, issus de chaque histoire, pour n'en créer qu'une seule. A réaliser côte à côte, en se croisant, en se rencontrant, en partant dos à dos, ...

Musique: Guem «Musique de monde» no 10.



Pour que chaque élément créé soit exploité, les reprendre et les travailler en les regroupant.

Une chorégraphie est d'autant plus intéressante qu'elle est variée; par exemple, il est favorable d'alterner des moments collectifs et des parties individuelles.

Chorégraphie: contenus et mots clefs

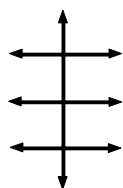
Finis l'ère de la chorégraphie «bloc» où tous suivent un modèle dans ses mouvements répétitifs, sans surprise ni suspense. A l'heure des clips vidéo et des comédies musicales, voici les nouvelles chorégraphies qui captent l'attention du spectateur et passionnent le danseur.

Comment faire pour varier, pour mettre en scène et pour trouver des mouvements? Voici quelques pistes qui, je l'espère, vous guideront.

VARIER L'ESPACE

Mots clefs:

Le plan



Au niveau du corps, l'accent peut être situé à 3 niveaux sur l'axe longitudinal:

- le haut (pointe des pieds, saut)
- le milieu (position debout)
- le bas (le sol)

Il est tout à fait possible d'exploiter plusieurs niveaux à la fois.

Exemple: le corps peut se situer au niveau bas (au sol) et l'accent peut être porté vers le haut (bras jetés au ciel).



La direction

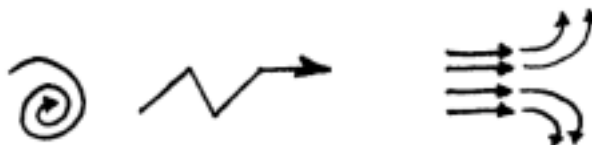
L'orientation des parties du corps est variable (devant, de côté, en diagonale, en haut, ...). On peut orienter ces parties dans plusieurs directions à la fois.

Exemple: tête vers le haut, bras tendus devant soi.

Le chemin

Le trajet d'un mouvement dans l'espace est multiple.

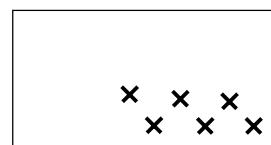
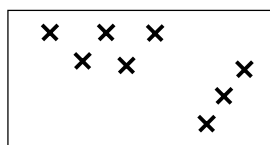
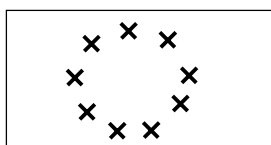
Exemple: en avant, de côté, rectiligne, en spirale, ...).



Le lieu

La localisation du corps dans l'espace, son placement dans une formation, offrent de nombreuses variations.

Exemple: sur le devant/fond de la scène, de dos, en 2 groupes, en cercle, en diagonale, en ligne, ...).



JOUER AVEC LE TEMPS

Les changements de «CADENCE» de la musique (lent, rapide, mouvements liés ou saccadés) constituent des variations intéressantes.

On peut aussi exploiter le «TEMPS» en modifiant la vitesse d'exécution d'un mouvement (tous les temps, tous les 2 temps, avec arrêts, ...) ou en changeant l'organisation de la chorégraphie:

- en divisant les élèves en groupes
- en introduisant des canons (vagues)
- en plaçant des «dialogues» entre les groupes (A danse puis B répond)
- en faisant des reprises communes.

VARIER L'INTENSITE

La «DYNAMIQUE» de la chorégraphie peut être modulée.

Exemple: changement de tonus (dur, mou) ou d'attitude (paisible, énergique).

Par ailleurs, on n'oubliera pas les 5 qualités de coordination (rythme, réaction, équilibre, orientation, différenciation) qui recoupent les mots clefs ci-dessus, mais qui sont plus familiers et qui permettent de varier une chorégraphie à l'infini.

QUELQUES APPROCHES PRATIQUES

Créer une suite de pas en collectif

Ronde des prénoms

En cercle. Musique de caractère, avec tempo facile et porteur.

Chacun son tour, annoncer son prénom en faisant un mouvement ou un pas simple. Tous ensemble, reprendre le/les mouvement(s) en disant le nom de l'élève. Chacun mémorise sa «création» afin que l'on puisse répéter tous les mouvements proposés.

Faire le tour plusieurs fois pour essayer de lier les mouvements les uns aux autres et de réaliser une suite fluide.

Attention: le cercle pose un problème d'orientation gauche - droite (miroir) mais favorise l'échange. L'activité peut aussi se faire sans dire les prénoms ou dans le cadre de petits groupes indépendants.



Exercer la même suite de pas (base)

Apprendre une suite de pas et de déplacements basés sur chaque temps plein (1, 2, 3, 4, ...); proposer quelques changements d'orientation (marcher en diagonale, pas croisés de côté, ...).

En changeant d'orientation

- face à la porte plutôt que face aux espaliers
- à gauche plutôt qu'à droite
- par 2, face à face, en miroir, dos à dos, ...
- par 2, changer et adapter les directions de base pour être parfois ensemble, parfois en miroir, de dos, ...

En complétant la suite de pas (base)

Créer des mouvements avec les bras, les mains; faire des pliés, des sauts.

En jouant avec le tempo

Changer l'amplitude des mouvements de base en les réalisant sur divers tempi: sur 1-2, 3-4, 5-6, 7-8 ou alors sur 1-et-2, 3-et-4, ... au lieu de notre traditionnel 1, 2, 3, 4, ...



Discographie

Musiques citées ci-dessus:

- **Sautecroche** no 7, Editions L.E.P. (Loisirs et pédagogie): musiques pour jeunes enfants
- **Après la pluie**, René Aubry, Editions HOPI MESA: musiques créées pour la danse; plusieurs albums sont disponibles et c'est génial!
- **Musique du monde**, Guem, Editions LDX, réf. 274 145: percussions africaines; un disque indispensable.

Propositions utiles:

- **Sabsylma**, Zap Mama: musiques très rythmées.
- **This is Maria Glen**, Maria Glen: un excellent disque pour rendre l'activité dynamique.
- **Yello**, tous les albums de ce groupe sont attractifs et propices au développement de l'imagination et de la créativité.
- **Ulysse**, Trogue et Houppin: des musiques du même style que celles de René Aubry, donnant beaucoup d'idées.
- ne pas oublier les musiques proposées par les élèves, souvent hip-hop, qui offrent de bons tempi et suffisent d'elles-mêmes à motiver.

Bonne chance et beaucoup de plaisir!





Joutes sportives de 9^e année

Une solution originale et éprouvée...
en guise de cadeau de Noël

Rémy Leuba, maître d'éducation physique à Yverdon-les-Bains

Tous les ans, à fin décembre, les maîtres d'éducation physique de l'établissement secondaire yverdonnois Léon Michaud rassemblent les quelque 140 à 150 élèves de 9^e année pour leur proposer, sur un après-midi, deux types de confrontations:

- un «gymkhana» gravitant autour de l'agilité,
- un tournoi de minivolley 3 contre 3.

Cette rencontre remplace les joutes de fin d'année scolaire, époque durant laquelle les collégiennes et collégiens sont en examen de certificat.

Gymkhana par équipes

Le parcours aménagé met chacun à l'épreuve de situations peu coutumières. Il est généralement testé le matin même par des élèves plus jeunes. Pour les collégiens de 9^e, cet après-midi fait suite aux traditionnelles épreuves d'athlétisme de septembre et remplace les tournois de jeux qui se disputent pendant que les élèves de 9^e sont soumis aux examens de certificats.



Pour ce «gymkhana», les élèves, provenant de la même classe ou du même groupe de classes rassemblés pour les leçons d'éducation physique, sont répartis en équipes mixtes de 4 ou 5 participants. Ils sont engagés dans une suite de 12 épreuves inhabituelles, mises en place dans la salle omnisports (salle triple). Ils assurent le décompte des points «engrangés» à chaque poste et le transmettent à un maître responsable du bon déroulement de l'épreuve et du chronométrage. L'objectif consiste à maîtriser des situations et des déplacements.

Sans chercher la performance à tout prix, les concurrents y vérifient leurs capacités de coordination motrice combinées avec des facteurs de condition physique (force, souplesse, agilité, équilibre). Le parcours privilégie donc la qualité des mouvements, l'esprit d'équipe et la maîtrise de soi.

Cette formule a été améliorée au fil des années, depuis 1992. Chaque poste du parcours est installé en triple exemplaire. Il se veut original et propice à l'adaptabilité. Les postes présentent des combinaisons d'engins et d'obstacles qui n'ont pas tous fait l'objet d'un enseignement ou d'un entraînement préalables. A chaque installation, un enseignant de l'établissement prête main forte aux 6 maîtres EPS et veille au respect des consignes.

Ce parcours est un concours par équipes qui requiert souvent la mise au point d'une «stratégie de groupe» facilitant, à raison de 3 minutes par poste, la récolte des points qui détermineront le classement final.

Comme 3 équipes sont engagées simultanément, l'émulation accroît l'engagement de chacun et confère à la rencontre un caractère festif qui ne se dément jamais d'une année à l'autre. L'ambiance est garantie et le spectacle se révèle haut en émotions et en couleurs.

Tournoi de minivolley

Le tournoi de mini-volley rassemble ainsi 36 équipes de 3 à 5 élèves jouant simultanément dans la longueur de chaque salle. La disposition contiguë des terrains ajoute à l'exigence de précision des services et des passes. La durée des matches se limite à 5 minutes et l'arbitrage est assuré par les participants eux-mêmes, faisant ainsi appel au fair play que les enseignants se sont efforcés d'inculquer au fil des 5 années passées en leçons d'éducation physique.

Le tout, soigneusement organisé et minuté, s'achève par la proclamation des résultats.



Le «DANCE CONTEST» du Landeron

Louisa Gore-Rossat
Maîtresse d'éducation physique
à Cheseaux

Dans le cadre des activités de sport scolaire facultatif proposées aux élèves des classes de Cheseaux s'est constitué un groupe de danse. Composé d'élèves de 7^e, 8^e et 9^e années, ce groupe a relevé avec succès le défi d'une participation à un concours: le Dance Contest.

Prenez une tendance hip-hop très actuelle, un sain esprit de compétition et ajoutez la bonne idée de faire s'investir les élèves en ne laissant aux adultes que le plaisir de les encadrer et vous obtiendrez un début de réponse pour expliquer le succès de cette organisation attractive.

La deuxième édition a attiré le 23 mars 2001 près de 1'000 spectateurs, le double de l'année passée, et plus de 300 danseurs venus de toute la Suisse Romande. Ce concours s'adresse à des groupes de 5 à 25 élèves. La chorégraphie doit être de leur composition et durer entre 90 et 300 secondes. Le rôle du maître d'éducation physique se limite à l'encadrement du groupe et à la mise en place de conditions favorables à l'entraînement.

Le projet dépasse, du premier au grand jour, le simple apprentissage d'une chorégraphie. Les élèves, autonomes, doivent

faire face à diverses difficultés. La première consiste à obtenir une cohésion et une orientation commune au sein du groupe, notamment au départ en ce qui concerne le choix de la musique... Puis, dès la mise en pratique, la nécessité d'avoir un chef pour canaliser les idées de tous, pour donner les temps et conduire le groupe. Passé une phase initiale très dynamique, l'enthousiasme retombe et l'absentéisme s'installe; il ne reste alors que les élèves les plus motivé(e)s. L'échéance se rapproche et provoque une fièvre salutaire; l'énergie redouble, l'attention s'aiguise et le groupe s'unit. Les meilleur(e)s prennent en charge les plus faibles et les répétitions se prolongent parfois au domicile de l'un(e) d'entre eux(elles).

Le jour du Dance Contest, son créateur, Alban Aubert, maître d'éducation physi-

que au Landeron (NE), assure l'animation. Il coordonne les activités et soutient les efforts des divers organisateurs. Environ 30 groupes, au son de musiques hip-hop et latino, se succèdent sur la piste de danse sous l'œil expert des juges. Les critères d'évaluation: l'originalité, l'expression, la coordination et la fluidité.

De l'autre côté du décor, la tension est à son comble, le trac et le stress sont là. Les pleurs de la contre-performance se mêlent aux cris de joie et finalement... c'est l'euphorie d'avoir osé, d'avoir conduit à terme un projet créatif et surtout de s'être tellement amusé.

Un bal suit la remise des prix et permet le «débriefing» des émotions de la journée... Comment pourrait-on imaginer finir autrement une telle rencontre!





Quelques participantes s'expriment ...

Pour le concours de danse du Landeron, nous devons présenter une chorégraphie. Alors, pour commencer, on a écouté diverses musiques et on s'est mis d'accord sur un morceau. On s'est alors mis à chercher des pas qu'on a repris dans des anciennes chorégraphies, qu'on a inventés ou qu'on a vus dans des clips qui passent à la télévision. Ensuite on a placé les pas sur la musique. Dès que nous avons tout trouvé, on s'est mis à bien répéter pour le fameux jour.

Danaë

Nous avons choisi une chanson d'Anastasia qui avait plu à toutes. C'était assez dur d'inventer la chorégraphie, sinon c'était «super». Pendant ce Dance Contest, j'étais stressée et à la fois heureuse d'y participer. Après avoir passé avec mon groupe, j'étais soulagée et très heureuse.

Pour moi, le Dance Contest était très important parce que la danse c'est ma passion, comme pour ma sœur qui avait participé au concours l'année passée.

Shptime

C'est vraiment bien. Nous avons une bonne ambiance lors des répétitions, même si des fois il y avait quelques petites disputes à propos des pas de danse et des personnes qui ne bougeaient pas en rythme ou pas assez; c'était très stressant. Ce qui est dommage, c'est que je n'ai pas pu participer au Dance Contest parce que je me suis déchiré les ligaments du genou au camp de ski, mais je suis quand même allée les voir danser.

Estelle

Dans le groupe il y en avait toujours deux qui décidaient de tout et on ne pouvait jamais rien dire! Mais, au bout de 3 semaines, cela s'est amélioré et cela a donné une chorégraphie pas mal! Le jour même on était toutes stressées! Il y en a même une qui a pleuré à cause du stress! Mais on s'est toutes tenu les pouces! Et c'était très chouette!

Claudine

Pour moi, la danse c'est sacré et cela a pris de la place dans ma vie. Avec plusieurs camarades, on a décidé de participer à un concours de danse. La règle était simple: c'est nous qui devons inventer notre propre chorégraphie. On s'est tout de suite mis au boulot et l'on s'est retrouvés presque toutes les semaines pendant 2 mois pour répéter. Première étape: trouver une musique qui bouge et qui plaît à tout le monde. Deuxième étape: décomposer la musique. Troisième étape: trouver les pas!

Après quelques jours, la tension monte, les mouvements ne plaisent pas à tout le monde et cela crée des conflits, mais c'est vite oublié et l'on continue. Le jour du concours, j'étais assez stressée dans le vestiaire. On répète une dernière fois pour être sûres mais une fois devant les juges, on ne pense qu'à les épater et on se donne complètement. Une fois la représentation terminée, la tension retombe.

Jessica

AGENDA

DANCE CONTEST 2002 Le Landeron

Vendredi 15 février 2002

Informations:

Alban Aubert
Rue des Bévières 26,
2525 Le Landeron - www.c2t.ch

Chorégraphies 2002 - Bulle

Samedi 4 mai 2002
«Rencontre chorégraphique» de
Bulle ouverte aux élèves des degrés
secondaires I et II.

Informations:

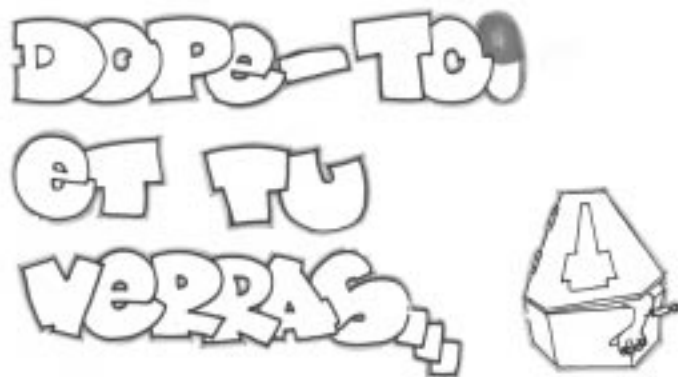
Jean-Claude Bussard
Rue Champ-Barby 20, 1630 Bulle
[www.co-gruyere.ch/Educphys/
choregraphies_2002.htm](http://www.co-gruyere.ch/Educphys/choregraphies_2002.htm)

La prévention du dopage: quoi de neuf ?

Olivier Saugy
SEPS

Publié dans le précédent numéro d'Espaces pédagogiques, le rapport intermédiaire de l'action «Doping or no Doping» présentait, sous la plume de Thierry Merian, un bilan mitigé.

Nous aimerions revenir sur cette action, non pour fustiger les carences observées, mais bien davantage pour réaffirmer l'intérêt d'une telle démarche. Nous privilégions en ce sens un regard valorisant sur les actions déjà entreprises susceptibles de servir d'incitation à la réflexion et surtout à l'action.



De l'importance de faire quelque chose...

Depuis le début de l'année scolaire 2000-2001, en réponse au postulat Muller déposé au Grand Conseil, une action multi-forme, initiée par le SEPS, propose divers moyens: dépliant «Doping or No Doping», document didactique à l'intention des enseignants offrant quelques activités pour lancer la discussion et le débat sur le dopage, mallette de prévention française, vidéo de Macolin, etc. pour traiter de cet objet. L'information fournie conjointement aux équipes de santé, aux chefs de file d'éducation physique et sportive des établissements ainsi qu'aux associations sportives cantonales cherche à favoriser une prévention harmonieuse entre les acteurs concernés.

Dans cette perspective, les suggestions proposées ne se limitent pas à traiter du monde du sport professionnel. Elles cherchent à ouvrir le débat sur une réalité sociale complexe proche de chacun d'entre nous. En effet, débattre de la banalisation, par exemple de l'usage de médicaments (même réputés anodins comme fortifiants, vitamines et autres) sans véritable raison médicale, de la consommation de tabac, d'alcool ou de drogue, s'inscrit dans une démarche de prévention. Celle-ci doit être poursuivie sans relâche et concerner tous les in-

tervenants: le jeune lui-même, mais aussi ses parents, ses enseignants, ses entraîneurs, les dirigeants et le milieu médical. L'enjeu est d'offrir des moments, des lieux d'échange sans avoir le sentiment de «voler» aux élèves le temps d'éducation physique qui leur est dû.

Nous sommes convaincus que la meilleure prévention réside dans la qualité de l'enseignement prodigué par les maîtres d'éducation physique. Néanmoins, au moment où l'Institut suisse de prévention de l'alcoolisme et des toxicomanies (ISPA), à Lausanne, publie les résultats d'une recherche¹ qui examine les liens entre la pratique d'un sport et la consommation de drogues légales ou illégales, nous devons nous sentir interpellés. Les résultats publiés indiquent que les jeunes qui pratiquaient une activité physique à l'âge de 16 ans prenaient, trois ans plus tard, davantage de substances comme l'alcool, le tabac ou le cannabis, que les non-sportifs. Il nous semble, en conséquence, pour le moins indispensable d'offrir aux adolescents des possibilités de réflexion et de dialogue sur leurs pratiques sportives scolaire et extra-scolaire. Les élèves pourront ainsi se forger une opinion de ce qui est déjà ou deviendra leur idéal de santé.



¹ H. Schmid: Sport, alcool, tabac et drogues illégales au cours du passage de l'adolescence à l'âge adulte. ISPA Lausanne 2001

Prévention du dopage: de la théorie à la pratique...

Nous vous proposons deux exemples d'activités initiées par des collègues vaudois qui démontrent, s'il en était encore besoin, qu'une attente existe auprès des jeunes:

La première est une action, réalisée par l'un de nos collègues, maître d'éducation physique et sportive.

Sensibilisé au problème du dopage, confronté qu'il fut à des adversaires «chargés» au temps où il faisait partie de l'élite suisse du judo, André Arrigoni a décidé d'en témoigner auprès de ses élèves de 9^e année, en février dernier, durant un camp de ski de l'établissement secondaire Léon-Michaud d'Yverdon-Bains. Il a ainsi ouvert un dialogue, renforcé par la mise à disposition des élèves, d'exemplaires de la bande dessinée «Doping or no Doping».

Il a ensuite proposé, lors d'une soirée, de réaliser un dessin sur la vie du camp et de donner, par ce biais-là, leur vision du dopage.

Sur septante élèves, près de soixante ont accepté de traiter ce sujet. Une exposition des dessins réalisés a contribué à alimenter le débat.



Une deuxième action proposée à Noël 2000 (21 et 22 décembre) aux classes de septième à neuvième de Savigny-Forel a eu pour cadre deux journées spéciales consacrées au sport, à la santé et au bien-être. Les élèves ont partagé différentes activités:

- exposition sur l'alimentation avec questionnaire
- préparation d'un repas équilibré
- débat sur le dopage
- création d'affiches anti-dopage
- travail de relaxation
- tests de condition physique
- jeux d'adresse
- vidéo du film «Dernier stade»
- tournoi de basket et de unihockey
- matchs professeurs-élèves.

Notre collègue Raoul Vuffray relève que, de l'avis même des élèves, ces journées ont été une réussite. Il souligne la bonne collaboration des enseignants, la participation de l'infirmière scolaire, de municipaux ainsi que de membres de la commission scolaire.



Conclusion

Et si, vous aussi, vous avez mené une action à terme et que vous désirez la faire partager, le **S**EPS, soucieux de présenter diverses facettes du travail des maîtres d'EPS, convaincu du **P**otentiel créatif qu'il engendre, vous ouvre les colonnes d'EsPaceS pédagogiques. **O**ù que vous soyez dans le canton, n'hésitez pas à nous contacter! **I**ndépendamment de cette offre, nous vous rappelons que vous pouvez obtenir gratuitement, jusqu'à **R**upture de stock, le matériel «Doping info» à la CADEV, Tél. 021/316 41 70.



Texas Blues

Nous dansons sur l'histoire de «Jolly Jumper»

(Extrait du manuel d'éducation physique No 3 destiné aux élèves des cycles primaires)

«Texas Blues» est une chanson qui fait partie du riche répertoire de la série «Sautecroche» de Marie Henchoz *. Elle nous servira de base pour quelques exemples d'interprétation d'une chanson par le mouvement.

«Jolly Jumper, c'était son nom»: Les enfants se déplacent librement dans l'espace en imitant un cheval au pas: 8 pas en avant, s'immobiliser sur 8 temps. Reproduire des attitudes, à l'arrêt et en mouvement:

- Etre fier, timide, curieux, craintif, furieux, triste, joyeux...
- Imposer 4 formes et les enchaîner, exemple: être joyeux sur 8 temps, en mouvement; être furieux et taper d'un «sabot» sur 8 temps, à l'arrêt, etc.
- Idem sur 4 temps.



Accompagnement rythmique au tambourin. Expression spontanée des émotions: danser de manière créative!

«...Et malgré tout, il était content de son sort»: Par deux, joyeux, les chevaux se déplacent côte à côte. Ils essaient de synchroniser leurs pas et leurs expressions. Ils inventent et exercent une forme spontanée de mouvements sur 8 temps et partagent leurs idées avec les autres paires. Certaines formes pourront être reprises collectivement.



Accompagnement avec des instruments de percussion ou avec la voix.

Adapter ses déplacements: Les enfants essaient d'atteindre, sur 8 temps, un objet posé dans la salle. Durant la pause de 8 temps, ils choisissent l'objet suivant. Varier la distance entre les objets, afin de permettre aux enfants d'adapter la longueur de leurs pas.

- Idem en franchissant l'objet au 8^e temps.
- Par paires: A démontre un parcours avec 4 objets, B observe, mémorise puis imite.



Perception de l'espace.

Chevaux sauvages: Tous ensemble, trouver les attitudes caractéristiques du cheval sauvage et les exprimer. Nous choisissons deux formes, p. ex.: 1. mains au sol, effectuer une ruade, 2. effectuer des mouvements verticaux de la tête, tout en piaffant.

- Exécuter ces formes en rythme, exercer l'enchaînement.
- En canon, sur 8 temps: A rue, B piaffe, etc.



Variante: «Mustangs» (voir brochure 6/3. p. 12).

Refrain: S'exprimer et s'adapter à la musique de manière spontanée. Ensemble, nous nous déplaçons dans l'espace en pas marchés-sautillés, en pas chassés, etc.

- A deux, en miroir: 4 pas chassés à droite, frapper 4 fois dans les mains, 4 pas chassés à gauche (2x), ...
- Idem, en s'accrochant par un bras, en tournant sur place (pas marchés-sautillés), combiner deux pas.



Rédaction du refrain durant la leçon de français. Variante: «Rodeo» (voir brochure 2/3, p. 25).

* Sautecroche No 7, Editions L.E.P. (Loisirs et pédagogie), 1996; cote bibliothèque SEPS: CM 22

«Jolly Jumper... !»

Danser et chanter: Après avoir opté pour les formes correspondantes aux différentes phrases musicales, les enfants tentent de lier la première strophe et le refrain.

- Un groupe de chanteurs accompagne les danseurs de leur chant.
- Qui peut chanter tout en dansant?



Préparer et exercer la chanson durant la leçon de chant.

«Le vieux Billy sortait son nouveau chapeau»: Les enfants essaient de s'imaginer l'apparence et l'attitude du vieux Billy. Ils mettent leur chapeau, s'exercent à manier le pistolet, ils «fument» le cigare, ils se préparent pour la bagarre...

- Partage des rôles: un enfant imite le vieux Billy, un autre joue le rôle de Jolly Jumper qui reste seul sur le carreau, tous les autres sont les clients du saloon.
- Changer les rôles.



Education à la santé: les méfaits du tabac (discussion).

«Jolly Jumper regardait passer les fêtards»: En cercle, les enfants dansent une forme commune. Ils expriment les cris, les rires, les coups de pétard des fêtards en sautillant, en imitant des cow-boys qui tirent des coups de feu en l'air.

- Par paires, les enfants forment un tunnel, bras tendus. La dernière paire traverse le tunnel en pas chassés en se tenant par les mains et se replace en tête (8 t.), tout le groupe tape dans les mains (8 t.), etc.



La troisième strophe peut, elle aussi, être élaborée d'après les idées des enfants.

Forme finale: Après avoir défini les rôles et exercé chaque strophe séparément, les enfants lient les différentes parties.

- Trois groupes d'élèves interprètent chacun une partie et le refrain.
- La moitié de la classe danse, l'autre moitié chante; changer les rôles.
- La moitié de la classe danse la 1^{ère} strophe, l'autre moitié chante. Toute la classe interprète le refrain, puis inverse les rôles pour la 2^e strophe. Un enfant ou l'enseignant joue le rôle du «chef d'orchestre».
- Exercer le chant et l'intégrer dans un spectacle, une comédie musicale ou une soirée de rencontre avec les parents.



Texas blues

1 Jolly Jumper, c'était son nom,
il l'aimait bien;
il connaissait le Texas
du sud au nord,
les vastes plaines
et les déserts,
les beaux voyages
et les galères;
ce pays de sable et de cailloux,
c'était le sien,
et malgré tout, il était content
de son sort.

2 Le samedi soir,
il avait fini son boulot,
le vieux Billy sortait
son nouveau chapeau,
son pistolet
et ses cigares,
il était prêt
pour la bagarre;
mais au saloon,
on n'accepte pas les chevaux,
Jolly Jumper restait seul
sur le carreau.

3 Toute la soirée,
il entendait des coups de pétard,
des cris, des rires,
y avait pas des gringalets;
au beau milieu
de la panique,
jouait le
piano mécanique,
Jolly Jumper regardait
passer les fêtards,
levant les yeux, près des étoiles,
il s'envolait.

Refrain: *Mais il attendait impatiemment
le rassemblement du rodéo;
parmi les chevaux,
il verra sa jument
qui porte le doux nom de Cléo.*



Les balcons du Léman

Salut !

Si tu aimes et que tu désires:

- faire du sport;
- rencontrer et garder contact avec des jeunes de la région lémanique (Ain, Haute-Savoie, Valais, Genève et Vaud);
- apprendre à connaître, à respecter et à apprécier l'environnement dans lequel tu vis;
- partager des connaissances sur la région avec les accompagnateurs et avec les gens que tu rencontreras lors de la randonnée;
- rigoler et chanter;

profite et ne manque pas l'occasion unique qui t'est offerte, inscris-toi à la randonnée des Balcons du Léman 2002 et fais de la pub autour de toi, auprès de tes ami(e)s né(e)s en 1987, dépêche-toi, car il n'y a que 8 places pour le Canton de Vaud (4 filles et 4 garçons).

Cédric et Eric (participants à l'édition 2001)



L'édition 2002 des balcons du Léman aura lieu du samedi 6 au samedi 13 juillet 2002.

Elle reliera Gex au Bouveret par deux itinéraires, l'un passant à l'est et l'autre à l'ouest du lac Léman.

Elle est entièrement gratuite, les frais étant pris en charge par le Conseil du Léman...

Portrait-type du randonneur:

- être né en 1987
- aimer randonner et découvrir une nouvelle région
- aimer la compagnie de nouveaux ami-e-s
- être prêt à prendre des photos et à rédiger un compte rendu de la semaine.

Inscriptions:

Un dossier complet est envoyé aux chefs de file des établissements secondaires du canton. Les élèves intéressés peuvent s'inscrire à l'aide du bulletin annexé à ce dossier d'ici au **1^{er} février 2002**.

Une séance d'information sera organisée dans le courant du mois d'avril pour les élèves intéressés et leurs parents.

Merci de présenter cette manifestation à vos élèves!

Information:

Olivier Saugy, Service de l'éducation physique et du sport,
Ch. de Maillefer 35, 1014 Lausanne
Tél. 021/316 39 43

Salut !

Cet été, j'ai participé au camp de randonnée des balcons du Léman. A vrai dire, je ne sais pas comment faire pour vous encourager à prendre part à ce camp! J'ai juste quelques mots qui me reviennent à l'esprit en repensant à ces moments: rires, rencontres, amitiés, plaisir, connaissances, mais aussi efforts, fatigue, parfois pleurs, mauvais temps!

Une chose est sûre, c'est qu'il fasse mauvais temps, beau, froid, chaud ou quoi que ce soit d'autres, je n'hésiterais pas à le refaire. Bien sûr, c'est mon opinion mais rien ne vaut ses propres expériences.

Myrtille (participante vaudoise à l'édition 2001)



Des nouvelles du web, une adresse: www.seps.vd.ch

Venez voir nos dernières nouveautés

- L'opération «Mérite Sportif Vaudois» 2001 est lancée.
- Un artiste expose régulièrement ses oeuvres à Maillefer 35, 3e étage; l'entrée est libre pendant les heures d'ouverture des bureaux. Actuellement Beat Wenger présente ses photographies sur la vie en Birmanie.
- La photo des participants à nos cours de formation et de perfectionnement Jeunesse+Sport.
- ... Et plein d'autres informations sur les activités du SEPS.

Cours de perfectionnement et de formation continue

COURS	DATES	LIEU	ORGANISATEUR	DELAJ D'INSCRIPTION
Ski	09 et 10.03.02	Grimentz	J+S Vaud	09.01.02
Snowboard	09 et 10.03.02	Grimentz	J+S Vaud	09.01.02
Sport de camp/Trekking	17.03.02	Jura vaudois	J+S Vaud	17.01.02
Natation: Brevet de sauvetage SSS1	du 06.03 au 12.06.02 tous les mercredi	Région lausannoise	CPF/HEP	11.01.02
Autodéfense (Méthode Pallas)	06, 13 et 20.03.02	Puidoux-Chexbres	CPF/HEP	11.01.02
Mime et jonglerie	01, 08 et 15.05.02	Cossonay	CPF/HEP	11.01.02
Vivre "un temps" de rythmique	24.04.02	Région lausannoise	CPF/HEP	11.01.02
Sport de camp/Trekking	17.03.02	Jura vaudois	J+S Vaud	17.01.02
Natation	27.04.02	La Tour-de-Peilz	J+S Vaud	27.02.02
Volleyball	01.06.02	Cheseaux	J+S Vaud	01.04.02
Polysport	08.06.02	CESSNOV	J+S Vaud	08.04.02
Football	14 et 15.06.02	Echallens Lausanne	J+S Vaud	14.04.02



Des informations plus détaillées sur ces cours peuvent être obtenues en consultant les programmes respectifs des différents organisateurs.

mobile

J+S 2000 sous les projecteurs

L'institution Jeunesse+Sport, fondée en 1972, se consacre depuis 30 ans à la promotion du sport chez les jeunes. Elle a été repensée et adaptée pour répondre aux nouveaux défis qui se dessinent dans le sport aujourd'hui. Le numéro 6/01 de «mobile», la revue d'éducation physique et de sport, présente le nouveau visage de J+S 2000.

Tirée exceptionnellement à 160'000 exemplaires, cette édition donne la parole aux différents responsables pour un éclairage complet sur la question. De nombreux clubs et associations de Romandie se sont ainsi exprimés librement sur les nouvelles tâches qui les attendent et sur leurs espoirs. Interviews de responsables, de jeunes sportifs, enquêtes auprès des clubs, bref, un tour d'horizon complet de la question qui a enflammé les discussions ces derniers mois.

L'édition spéciale de «mobile» s'adresse à toutes les monitrices et tous les moniteurs J+S qui recevront directement chez eux la revue et à tous les acteurs du sport chez les jeunes.

L'abonnement annuel à la revue «mobile» s'élève à fr. 35.--. Pour s'abonner, s'adresser à la rédaction «mobile», Office fédéral du sport (OFSP), 2532 Macolin, Tél. 032/327 63 08, fax 032/327 64 78, e-mail: mobile@baspo.admin.ch, Internet: www.mobile-sport.ch.



Economie du sport en Suisse

Alain Jan (Lausanne, 1999, Editions Pro Management Organisation; cote biblio-SEPS: 02.15)

Ce livre s'adresse au grand public et à tous les acteurs du sport: étudiants, sportifs, dirigeants, bénévoles ou professionnels. Il répond à différentes questions sur le financement, la gestion, les marchés et l'impact du sport. L'auteur fait l'état des lieux de l'économie du sport en Suisse et livre dans cette étude le résultat de nombreux entretiens, enquêtes et sondages auprès de consommateurs, entreprises, dirigeants et organisateurs sportifs.

Le financement et la gestion du sport, l'importance des droits télévisés, les marchés du sport et leur impact économique, le sport professionnel, la situation du football

suisse, l'apport financier du CIO et des fédérations sportives internationales constituent une partie de la matière traitée dans cet ouvrage.

Dossiers envisagés dans les prochains numéros

- Prévention-Sécurité
- Les nouveaux manuels EPS: éclairages
- Le Sport-Etudes
- Le sport dans les écoles professionnelles



Service de l'éducation physique et du sport
 Chemin de Maillefer 35
 1014 Lausanne
 Tél. 021/316 39 39
 Fax 021/316 39 48
 www.seps.vd.ch

Ont collaboré à ce numéro:

Illustrations: Joëlle Berney Jaccard, Michel Duperrex et Gérard Gillioz (Journal du Nord Vaudois), Anoud Petermann, Louisa Gore-Rossat.

Rédaction: Jean Aellen, Joëlle Berney Jaccard, Raymond Bron, Luc Diserens, Marcel Favre, Louisa Gore-Rossat, Rémy Leuba, Olivier Saugy.

Réalisation: Jean Aellen, Jean-François Martin.

Impression: Oliprint, ateliers Olbis

Innovation et vie des établissements scolaires

Pierre-Alain Besençon, Raphaël Pasquini, Cyril Petitpierre (Carouge, 2000, Université de Genève, FAPSE «Les Cahiers de la section des sciences de l'éducation»; cote biblio-SEPS: 03.35)

Publié avec le concours du BUROFCO (bureau EVM d'organisation de la formation continue), cette recherche conjugue trois regards posés de l'intérieur sur un système scolaire, l'école vaudoise, confronté à d'importants changements. Elle propose une introduction pratique à la problématique de l'innovation.

C'est au cœur d'un établissement que le premier auteur nous entraîne: une équipe d'enseignants imagine une école de la réussite pour des élèves écartés des filières prestigieuses. L'attention du deuxième collègue se focalise sur l'un des aspects les plus dynamiques de l'innovation: l'animation pédagogique. Le troisième regard s'oriente vers les directeurs: il nous offre une riche galerie de portraits et souligne le rôle irremplaçable du chef d'établissement dans tout processus d'innovation.

Ainsi les auteurs, enseignants du canton ayant conjugué leur métier avec la préparation d'une licence en sciences de l'éducation, permettent au lecteur de s'imprégner des divers aspects de cette problématique par de nombreux allers et retours entre expérience pratique et référentiel théorique.



Les Sciences du sport entre cultures et techniques

Collectif d'auteurs; textes réunis par Nancy Midol et Marco Astolfi (Chamalières, 2000, Editions AFRAPS; cote biblio-SEPS: 03.34).

Les textes réunis dans cette publication font suite au colloque «Les Sciences du sport entre cultures et techniques» organisé à l'Université de Lausanne. Ces réflexions ont notamment étayé la construction d'un Institut des Sciences du Sport et de l'Education physique. Dans ce sens, divers auteurs ont laissé libre cours à leur imagination, le moment étant propice pour rêver à un parcours d'études idéal. Le lecteur trouvera matière à réflexion dans des domaines très divers.

BIBLIOTHEQUE DU SERVICE DE L'EDUCATION PHYSIQUE ET DU SPORT

Ch. de Maillefer 35
1014 Lausanne

Horaire

Du lundi au vendredi
l'après-midi de 14h à 16h.

Téléphone

021/316 39 46 ou 021/316 39 39

Responsable

Christelle Houdayer

Plus de 2000 articles, livres, cassettes vidéo, cassettes son, revues et dossiers informatiques figurent au catalogue de la bibliothèque du SEPS et peuvent être empruntés.