

**Zeitschrift:** Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport  
**Herausgeber:** École fédérale de sport de Macolin  
**Band:** 54 (1997)  
**Heft:** 11

**Vorwort:** Pistes libres aux sports de glisse!  
**Autor:** Nyffenegger, Eveline

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 19.02.2025

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

## Pistes libres aux sports de glisse!

Eveline Nyffenegger

L'hiver approche à grands pas et les premiers camps de sports de neige ont déjà eu lieu! Mais ils ne sont plus pareils à ceux des années précédentes. En effet, les sports de glisse, qui forment une véritable culture en soi, après avoir conquis l'eau et le macadam, font une apparition en force sur les pistes enneigées. On ne se plaindra pas de cette évolution qui satisfait tout le monde: les consommateurs et les milieux du commerce!

Le snowboard par exemple, que l'on a pris au départ pour une mode, est devenu un sport

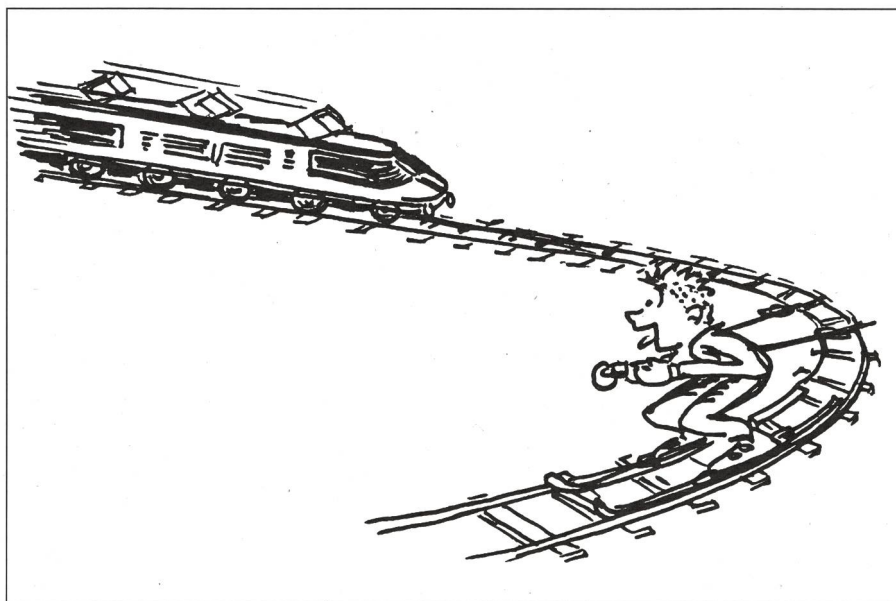
à part entière et sera présent, pour la première fois, aux JO de 1998 à Nagano, au Japon. Le ski de fond a aussi eu sa révolution avec l'avènement du pas du patineur. On peut dire que le carving, pour sa part, a révolutionné le ski alpin traditionnel. Il lui a donné, tout au moins, une seconde jeunesse

en apportant de nouvelles sensations à ses adeptes! Bien sûr, le ski classique subsistera et progressera encore grâce à l'apparition éventuelle de techniques nouvelles et à l'amélioration du matériel. Le dernier arrivé, le big foot, est apparenté, lui, au patin en ligne et au patin à glace. Tous ces sports de glisse – on ne parle plus de sports d'hiver pour ces derniers – ont un dénominateur commun: la gestion de l'équilibre. Puisqu'il existe une similitude des mouvements et des apprentissages, on parle de stratégies d'apprentissage.

Les mordus, petits et grands veulent, par le biais de cette palette d'engins, expérimenter d'autres sensations, s'amuser, explorer leur créativité, savourer la liberté qu'offrent les grands espaces. Dans l'apprentissage de ces disciplines axé sur la recherche des sensations, l'aspect ludique, on le voit, est un élément de poids et le recours à la représentation mentale, un moyen idéal pour faire passer le message.

Les images suggérées permettent de se représenter plus concrètement les différents mouvements à entraîner, de mieux les sentir et, partant, de mieux les exécuter.

Cette méthode demande de la part de la monitrice ou du moniteur une parfaite connaissance des structures motrices propres à la discipline qu'ils enseignent. Par l'observation attentive des mouvements exécutés par les participants, ils sont à même de déce-



La représentation d'images données peut susciter des sensations kynesthésiques ou émotionnelles. (Dessin: Leo Kühne)

ler facilement les déficits, notamment dans les mouvements clés. Ce sera une indication aussi pour vérifier si le langage imagé a été perçu correctement. On demandera aussi au jeune de verbaliser, d'exprimer ses sensations par ses propres mots.

Bref, il est grand temps que vous vous plongiez dans la lecture de votre revue préférée, ce cher MACOLIN, afin de tout découvrir sur les nouvelles stratégies d'apprentissage que vous pourrez mettre en application aussi bien dans les camps J+S que dans les camps scolaires! ■