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

**Herausgeber:** Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école

**Band:** 11 (2009)

**Heft:** 6

**Artikel:** L'enfant au masque

**Autor:** Jimmy, Gerda

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-995778

**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:** 13.07.2025

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

# L'enfant au masque

Un matin de juillet, un promeneur regardait avec curiosité une douzaine d'enfants qui effectuaient un slalom balle au pied, sur la place en dur à Macolin. Soudain, il s'aperçut que l'un d'entre eux portait sur son visage un étrange appareil, identique au masque à gaz des pompiers, mais ne le gênant manifestement point.

Texte: Gerda Jimmy; photo: Alain Dössegger

Non, il ne s'agissait pas d'un exercice de pompiers, mais d'une mesure de consommation d'énergie. Le masque en question est relié à un petit tuyau qui transporte les gaz respiratoires en direction d'un appareil accroché au buste de l'enfant. Celui-ci enregistre les données qui sont ensuite téléchargées sur un ordinateur et converties en valeurs de consommation d'énergie.

Après une douzaine de minutes, toujours sous le regard de ce passant interloqué, l'enfant se départit du masque et de l'appareil. Dans ses yeux, de la déception, puis rapidement de la satisfaction à l'idée de pouvoir à nouveau s'équiper de ce curieux matériel lors du cours du lendemain.

Cet étrange spectacle, 19 enfants ayant participé à la semaine polysportive en ont également été les acteurs. Notamment le matin. Chacun d'entre eux a pris, un jour de cette semaine, le chemin de la Haute école fédérale de sport de Macolin fort tôt pour y effectuer une mesure de consommation d'énergie au repos. L'effort n'était certes pas intense – être allongé tranquillement sur un matelas pendant 12 minutes – mais il n'était pas non plus agréable. Afin d'éviter toute altération des résultats, cette mesure devait en effet être effectuée l'estomac vide. Dès celle-ci terminée, l'enfant avait alors le droit d'engloutir un petit déjeuner bien mérité, avant de rejoindre les camarades de son groupe et débuter les activités sportives de la journée.

## D'autres mesures planifiées

Les mesures enregistrées lors de la semaine polysportive renseigneront sur la consommation d'énergie des enfants pendant une leçon d'éducation physique. Elles constituent une partie d'une étude menée sur plusieurs années par la HEFSM, dont l'objectif global est de fournir des valeurs de consommation d'énergie selon l'activité physique pratiquée.

Les résultats obtenus au cours de cette semaine sont actuellement encore en phase de traitement. Quelques déductions peuvent être néanmoins tirées: l'énergie consommée pendant une heure de gymnastique est deux fois et demie plus élevée qu'au repos; elle est même trois fois plus élevée lors de jeux. Il existe évidemment de grandes différences en fonction de l'activité: selon que l'instant est dédié à l'acquisition d'habiletés, à des explications de l'enseignant ou à la pratique d'un jeu intense. Des variations peuvent aussi être relevées d'un enfant à l'autre, en grande partie imputables à l'engagement de celui-ci, mais aussi à ses prédispositions physiques.

De nouvelles batteries de mesures sont prévues jusqu'en 2011. Elles permettront d'obtenir une vue d'ensemble plus précise de la consommation d'énergie des enfants en mouvement. ■

*Gerda Jimmy est collaboratrice scientifique à la section «Activité physique et santé» de la HEFSM. Elle est également enseignante d'éducation physique diplômée de l'EPF de Zurich et a rédigé son travail de master en santé publique à l'Université d'Edimbourg (Ecosse).*

*Contact: gerda.jimmy@baspo.admin.ch*

# «Le judo, c'était cool, mais fatigant!»

La première semaine polysportive de Macolin vue et racontée par deux enfants.

Texte: Mika Henauer, 9 ans,
Dessin: Sophie Strupler, 6 ans

La semaine polysportive a commencé le lundi 6 juillet 2009. Au début, tout le monde a dû chercher son groupe. Il y avait les chats, les chiens, les guépards, les pumas, les serpents, les koalas, les lions, les tigres, les perroquets et les kangourous. J'étais un chat. Le matin, on est allés au stade des Mélèzes et on a joué à la balle. A midi, on a mangé à la salle du Sport-Toto. L'après-midi, on est allés à l'ancienne halle de sport. La devise était «Courageux, c'est mieux». Il fallait se laisser tomber en arrière depuis un banc suédois. C'était cool.

Le mardi, je suis arrivé tôt parce que je devais faire un test avec un masque. C'était pour mesurer ma consommation d'énergie. J'ai dû rester couché pendant 12 minutes sans bouger. Tout le monde n'a pas dû faire ce test. Le matin, on a à nouveau joué à la balle. J'ai encore dû porter un masque, mais en jouant cette fois-ci. On a à nouveau mangé à la salle du Sport-Toto. L'après-midi, on est restés là parce qu'on avait un cours de judo. Le judo, c'était cool, mais fatigant. On a fait des roulades judo et plein d'autres encore.

Le mercredi, il a commencé à pleuvoir quand on est arrivés au stade des Mélèzes. C'est pourquoi on a dû aller à l'ancienne halle de sport. Il y avait d'autres enfants. On a seulement pu jouer du badminton et du volleyball. On a à nouveau mangé à la salle du Sport-Toto. L'après-midi, on a pu sauter au mini-trampoline. J'ai à nouveau dû porter le masque. C'est pourquoi je n'ai pas eu le droit de sauter comme les autres. Par contre, j'ai eu le droit de l'enlever quand on a fait des sauts périlleux. C'était très cool.

Le jeudi, on est à nouveau allés au stade des Mélèzes. On a fait des exercices et des matches de foot. A midi, on a construit une tour avec des gobelets en plastique. L'après-midi, on a à nouveau eu un cours de judo. Mais cette fois-ci, on a fait des combats.

Le vendredi matin a été normal. A midi, on a à nouveau construit une tour avec des gobelets en plastique. L'après-midi, c'était les Olympiades. Il y a eu six concours. On a été les plus forts à la construction de châteaux de sable. On a eu dix points sur dix. On a finalement terminé premiers avec un point d'avance sur les guépards. On a reçu une balle comme prix. Après, on est tous rentrés à la maison. Cette semaine a vraiment été très cool. ■