Zeitschrift: Bulletin pédagogique : organe de la Société fribourgeoise d'éducation et du Musée pédagogique

Herausgeber: Société fribourgeoise d'éducation

Band: 19 (1890)

Heft: 7

Artikel: Gymnastique et surmenage

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-1039819

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: 09.07.2025

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

écoles ? » n'a pas été discutée encore. Elle est d'une souveraine importance au point de vue éducatif.

Celle qui fait l'objet du rapport de M. Mossu sur l'enseignement du dessin à l'école primaire attirera vivement l'attention de ceux qui, s'appuyant sur ce qui se fait dans plusieurs cantons suisses et en Allemagne, travaillent à donner à l'enseignement une tendance de plus en plus professionnelle. Les conclusions auront des contradicteurs dans ceux qui craignent le surmenage à l'école. La discussion, empreinte de cette courtoisie qui a toujours régné dans nos réunions, ne manquera pas de présenter le plus haut intérêt.

Aussi, osons-nous l'espérer, les vénérés membres du clergé, les magistrats, les instituteurs, les pères de famille qui apprécient le bienfait d'une solide éducation, accourront nombreux dans cette paroisse de Guin qui deux fois déjà nous a fait un si bienveillant accueil et où nous attendent des cœurs amis.

Au nom du Comité :

P. Tanner, *président*

PROGRAMME

A 8 $^1/_2$ heures, office pour les sociétaires défunts. — 9 $^1/_2$ heures séance. Discours d'ouverture par M. le curé Perroulaz, président d'honneur. Nomination du Comité. Lecture et discussion des conclusions des rapports sur les questions mises à l'étude. Approbation des comptes. Choix du lieu de la prochaine assemblée. Propositions individuelles. A midi et $^1/_2$ banquet.

Les Sociétaires recevront avec le présent numéro une carte de légitimation donnant droit à la faveur de la demi-taxe de simple course sur les chemins de fer de l'ancien réseau de la Suisse-Occidentale-Simplon et de Bulle-Romont, pour les 2, 3, 4 juillet.

On pourra se procurer la carte du banquet avant dîner pour le prix de 2 fr. 50, vin compris.

GYMNASTIQUE ET SURMENAGE

Sous ce titre, la *Revue pédagogique belge* a publié dans son numéro de mars un long article dû à la plume de Sluys. Il débute par des considérations générales sur l'enseignement de la gymnastique en Belgique et remonte aux années 1846 et suivantes, marquées par des documents officiels affirmant la nécessité de donner à la jeunesse une forte éducation physique par la gymnastique, mais les résultats ont été presque nuls surtout dans

l'enseignement primaire. C'est ainsi qu'en 1868 une circulaire ministérielle déclarait solennellement « qu'il est à peine nécessaire de rappeler l'importance de la gymnastique, son utilité comme contre-poids aux efforts intellectuels qui n'y puisent (?) que plus de ressort, etc. » C'est très clair, n'est-il pas vrai ? « Malheureusement, dit M. S., on continua à ne faire..... que des vœux platoniques. Longtemps encore les jeunes gens devaient sortir des écoles normales sans être préparés à concevoir clairement les conditions nécessaires d'une bonne éducation physique. » Dans ce qui suit, l'auteur manifeste de la malveillance envers le clergé. « On leur faisait mener, pendant trois années, pour les préparer aux fonctions d'instituteur, une vie de séminaristes dans des internats dirigés par des prêtres. » A ses yeux, cette direction exclut tout enseignement de la gymnastique. « Tout au plus faisait-on des promenades ennuyeuses autour de l'école. » Plus loin : « Ceux qui n'ont pas reçu une éducation virile ne peuvent admettre que l'énergie morale a pour fondement l'énergie physiologique et que les exercices corporels, méthodiquement réglés, ont plus d'influence salutaire sur la formation du caractère que les meilleures leçons théoriques de morale et que l'étude approfondie d'un catéchisme de persévérance. » Je suis un ardent partisan de la gymnastique et je suis convaincu qu'elle a une large part dans l'éducation physique et que sa bienfaisante influence s'étend, dans une certaine mesure, jusqu'au domaine moral. Mais je ne saurais être d'accord avec M. S. qui, par une regrettable confusion, se montre absolu; il attend tout de la gymnastique : autant « l'énergie morale que l'énergie physiologique. » Elle est appelée à tout régénérer : un enfant est-il colérique, désobéissant, gourmand, menteur : de la gymnastique, encore et toujours de la gymnastique!!! En un mot, nous ne le verrons acquérir des qualités morales qu'à mesure que ses muscles se développeront. Avec ces théories matérialistes, M. S. se plaint que la gymnastique « s'acclimate difficilement dans les écoles »; il ne devrait pas s'en étonner, car il défend très mal la cause de cette branche en l'assimilant dans ses effets aux « leçons de morale ou à l'étude d'un catéchisme de persévérance. »

Un long alinéa donne ensuite une idée de la situation scolaire à Bruxelles, il y a vingt ans. C'est une charge si violente contre le système de l'époque que nous avons de la peine à croire que l'auteur n'ait pas fait une excursion dans le domaine de l'hyperbole. Citons : « Les récréations, les jeux scolaires, la gymnastique étaient inconnus..... Assis sur des bancs sans dossier, trop hauts ou trop bas, le corps cassé en deux et dévié, les enfants passaient les longues heures de classe à apprendre le catéchisme et l'Histoire-Sainte (décidément M. S. en veut au catéchisme), à lire des livres idiots, à étudier des théories grammaticales indigestes, des chinoiseries historiques sans valeur, à se loger dans la mémoire des enfilades de termes géographiques barbares. Ah!

c'était le beau temps du surmenage et du malmenage!..... L'enfant rentrait chez lui, le corps brisé par la fatigue produite par une attitude assise prolongée pendant de longues heures, la poitrine rétrécie, le sang vicié par l'air impur respiré à l'école, et il devait, lui qui avait un besoin si urgent de mouvement et de liberté, se mettre à écrire d'interminables devoirs, à étudier des textes ennuyeux et à griffonner des pensums kilométriques dont on l'accablait pour les moindres peccadilles. »

Enfin, M. S. salue la formation de sociétés de gymnastique, l'apparition de l'éminent professeur M. Karl Euler et la réorganisation des cours de gymnastique dans les écoles normales.

La seconde partie de l'article est consacrée à l'analyse d'un rapport de M. l'inspecteur Docx, publié en 1887.

Il reconnaît que la plupart des instituteurs sont à même de donner les leçons de gymnastique; mais la « bonne volonté » fait généralement défaut. « Il a acquis la certitude qu'après le passage de l'inspecteur, le cours est délaissé ou que les leçons se réduisent à peu de chose..... Beaucoup d'écoles, dit M. Docx, sont encore dépourvues de gymnase et de préau couvert. C'est un prétexte souvent invoqué pour négliger les exercices corporels; la santé du maître, comme celle de l'enfant, en souffre d'autant plus que, pendant le mauvais temps, la ventilation des classes ne se fait pas assez bien. J'ai attiré l'attention des instituteurs sur les conséquences d'un séjour prolongé dans un air vicié, et je leur ai indiqué le moyen d'exécuter des mouvements en classe même, entre les bancs-pupitres, en leur recommandant d'ouvrir les fenêtres et de renouveler l'air le plus possible. Quand l'occasion s'en est présentée, j'ai prescrit des exercices dans ces conditions et fait voir leurs heureux effets sur l'esprit et le corps des élèves. » Avis aux instituteurs qui pourraient, dans notre canton, mettre ce conseil en pratique pendant la saison d'hiver.

En 1887, une Commission spéciale fut chargée par l'Administration communale de Bruxelles de reviser le programme de 1875 pour l'enseignement de la gymnastique. Elle demande un minimum de 6 heures par semaine. D'après M. S., ce temps doit être considéré comme un maximum, d'autant plus qu'il s'agit ici d'exercices *intensifs*. « Aller au delà, dit-il, ce serait sûrement produire le surmenage musculaire, tout aussi dangereux que le surmenage cérébral. Dire *qu'il faut donner aux exercices gymnastiques une intensité telle qu'elle remplace, autant qu'il est possible, ce qui manque comme durée,* c'est méconnaître les lois physiologiques. L'exercice pour profiter à l'organisme doit être non intensif, mais modéré. Les exercices intensifs provoquent des courbatures et les maladies de surmenage. L'enfant que l'on fait courir jusqu'à essoufflement est intoxiqué par un excès d'acide carbonique non éliminé, résultant de l'exercice même..... Si l'on examinait de près les accidents qui se produisent dans les gymnases, on constaterait que beaucoup d'entre eux ont la même

cause : l'exercice imposé a été trop intense ou trop difficile. Le danger est grave lorsqu'il s'agit d'enfants de constitution faible et mal nourris, et il y en a beaucoup dans nos écoles qui appartiennent à cette catégorie. Ils ne pourraient résister à une gymnastique intensive pratiquée tous les jours. Ce qui leur faut surtout, ce sont des vêtements plus chauds, une nourriture plus saine et plus abondante, de meilleures conditions hygiéniques d'habitation et de propreté, et avec cela une gymnastique modérée comprenant principalement des promenades et des jeux au grand air. C'est une erreur de penser qu'il suffit d'exagérer la dose d'exercices intensifs de gymnastique pour obtenir une amélioration de la santé et une augmentation de l'énergie physiologique chez les enfants débiles. »

La Commission termine son rapport par un programme des exercices dont quelques-uns sont dangereux et une liste d'engins trop étendue. Le meilleur engin, celui qui est appelé à rendre le plus de services dans l'enseignement de la gymnastique, c'est la canne ou le bâton qui est spécialement recommandé.

Nous passons sur la terminologie parfois défectueuse proposée par la Commission. En Suisse, elle est fixée par l'*Ecole de gymnastique* qui est l'ouvrage obligatoire. A. L.

EXPOSITION UNIVERSELLE

DE PARIS

Nous continuons l'analyse du rapport de M. Gobat.

Calcul. — Les moyens d'enseignement sont représentés par les livres et les méthodes, d'une part ; d'autre part, par les divers appareils destinés à l'enseignement intuitif du calcul, bouliers, compteurs, etc.

Est-il préférable que les tiges du boulier soient horizontales, verticales ou brisées à angle droit ? C'est une question que nous abandonnons à l'expérience ; elle est peut-être un peu byzantine.

A signaler le nouveau modèle de numérateur métrique (Gédalge, éditeur) qui réunit tout ce qui est nécessaire pour l'enseignement intuitif du calcul et du système métrique et qui présente toutes les divisions du mètre, jusqu'au mètre cube. La méthode est simple et claire.

Collection très variée de solides géométriques ; à signaler ceux qui se démontent et dont les diverses parties représentent, à leur tour, des corps géométriques ; à signaler aussi les solides en fil de fer et les solides flexibles, au moyen desquels on peut représenter, par exemple, la projection d'un cube sur une surface plane.