Gymnastique scolaire [suite]

Objekttyp: **Group**

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

Band (Jahr): **44 (1915)**

Heft 5

PDF erstellt am: **29.05.2024**

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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Tableau N° VI. — Importations de la Suisse. L'étude du tableau N° V nous apprend quels sont les produits de nos contrées qui suffisent, qui ne suffisent pas, qui dépassent ou qui manquent totalement à nos besoins. De là nos relations forcées avec les divers pays d'Europe et les autres parties du monde. Ce sera là encore l'occasion de comparer différents pays quant au climat, aux productions, aux richesses minérales, etc. Puis on invitera les élèves à rechercher, par la lecture des cartes géographiques, quelles régions ont la même situation topographique, le même climat, les mêmes ressources et productions et, par contre, quels pays diffèrent en partie ou totalement du nôtre sous ces rapports.

Le musée scolaire ne saurait être assez recommandé à tous les instituteurs soucieux de rendre leur enseignement attrayant. Et surtout, qu'on ne s'imagine pas que c'est bien difficile de rassembler quelques collections intéressantes, c'est plutôt l'initiative ou la persévérance qui font quelquefois défaut, et c'est grand dommage pour les élèves.

Notre série de tableaux peut être facilement complétée ou développée selon les goûts, les nécessités, et même les aptitudes de chaque instituteur. Ainsi on pourrait établir de très intéressants tableaux sur d'autres industries, l'agriculture, l'arboriculture, la viticulture, les richesses minérales, etc., etc. Les excellents Atlas cités en commençant pourront servir de guides pratiques et sûrs pour les amateurs de l'enseignement intuitif. VERDON, *inst.*

Gymnastique scolaire

(Suite)

Mais, pour que la gymnastique produise ces résultats si désirables, on devra tenir compte des conseils hygiéniques suivants :

1. L'ensemble des mouvements doit donner à chaque articulation la plénitude de liberté, de force et de mobilité dont elle est susceptible. A moins donc d'avoir en vue de redresser une difformité quelconque (et ceci n'est pas du ressort de la gymnastique scolaire), il faut éviter de répéter souvent le même exercice. Ceci doit s'observer surtout pour certains exercices dont l'effet est tout à fait local.

2. L'ensemble des mouvements doit aussi former un

tout complet, gradué en raison de l'âge, du tempérament et de la force des élèves.

3. Il ne faut faire exécuter les mouvements compliqués et violents qu'après avoir passé par les mouvements simples et faciles : c'est en graduant sagement les mouvements qu'on arrivera sans fatigue aux exercices difficiles. Partant des deux principes qui précèdent, on se souviendra qu'on ne peut imposer que très modérément aux enfants trop jeunes ou débiles, les mouvements qui requièrent d'énergiques contractions musculaires, comme seraient, par exemple, les sauts, les exercices aux engins, etc. Pour donner à son enseignement l'attrait de l'intuition, l'instituteur doit savoir exécuter les exercices avec toute la grâce et toute la précision voulues ; son maintien sera convenable, son attitude noble et énergique. Il ne pourra être affligé d'aucune infirmité physique de nature à lui interdire le travail corporel ; en un mot, il sera la preuve vivante de l'efficacité de son enseignement.

A ces qualités physiques, il doit joindre les qualités intellectuelles et morales, non moins indispensables. Si, jusqu'à présent, l'introduction de la gymnastique dans l'éducation s'est heurtée à tant de craintes et de préventions, si l'enseignement donné dans quelques localités a souvent laissé à désirer, c'est que, généralement, il était donné par des personnes, très consciencieuses sans doute, mais qui n'avaient pas une connaissance assez étendue et assez exacte des besoins de l'enfance et des exigences de l'éducation. La plupart, ignorantes, il faut bien le reconnaître, des principes les plus élémentaires de la didactique, accoutumées, dans les gymnases publics, à ne se livrer qu'à des exercices tendant vers l'acrobatisme, ne pouvaient, à aucun point de vue, se placer au niveau de leurs élèves, ni mettre leur enseignement en harmonie avec les besoins de l'enfant et les exigences scolaires [1].

Ce n'est que par l'union étroite du savant et du pédagogue que la gymnastique, cette science essentiellement pratique, pourra, grâce aux exercices simples et éducatifs qui la composent, acquérir ce caractère de vie, de discipline et de beauté sans lequel elle n'est et ne sera jamais qu'un ennui non seulement sans utilité pour le faible, le précoce, mais réellement nuisible pour l'enfant sain qui aime les exercices vifs, rapides et vivifiants. — Ceci suffirait à démontrer la nécessité, pour nos écoles, d'une méthode dont le pre-

[1] Docx.

mier principe est la conquête ou la conservation de la santé. On ne peut assez appuyer sur l'importance de ce principe.

« Chez nous, dit M. Bergmann, inspecteur, de Copenhague, nous sommes tous persuadés que la gymnastique est un moyen efficace pour développer l'homme complètement et sainement. Jamais nous ne perdons de vue que nous travaillons pour nous-mêmes et non pas pour nous comparer à d'autres, pour être admirés, pour recueillir des applaudissements. — Soyez persuadés que tous, depuis l'enfant à l'école, jusqu'au simple laboureur, qui, lorsqu'il a terminé sa rude besogne, s'en va au gymnase se livrer à des exercices éducatifs de gymnastique, tous, dis-je, savent pourquoi ils travaillent : pour leur culture physique rationnelle, pour leur famille, pour leur patrie. Voilà pourquoi le système rationnel trouve dans notre pays tant de fervents adeptes, pourquoi la vieille gymnastique dano-allemande, reposant sur l'athlétisme et la fantaisie, est abandonnée chaque jour davantage. »

Les résultats de ces constatations ont une grande valeur. Nous ne pouvons pas ne pas en tenir compte, et c'est pourquoi il me paraît nécessaire d'introduire dans la gymnastique de nos écoles des mouvements que je dirais volontiers d'ordre synthétique, car ils ne se trouvent pas en assez grand nombre dans le nouveau manuel. Nous insistons plus spécialement sur les effets, l'importance et l'heureuse influence du mouvement au point de vue de la santé. Mais, peut-être, dira-t-on, vous êtes dans cette question un « optimiste » ou un « rêveur » ? Nous répondons en donnant l'opinion d'un physiologiste.

Le Dr Lagrange, qui, avec beaucoup de compétence, s'est occupé des questions relatives à l'éducation, écrit dans son traité : *L'hygiène de l'exercice chez les enfants et les jeunes gens :* « Si l'on étudie un enfant qui souffre d'une vie trop sédentaire et de l'immobilité forcée — et les sujets ne manquent pas à notre époque, pour faire cette étude — on est frappé de voir que pas une seule région du corps, pas une seule fonction de l'organisme, n'échappe aux effets désastreux du défaut d'exercice. L'enfant qui manque d'exercice présente un aspect particulier qui peut se caractériser d'un mot, il est étiolé. Il offre dans son aspect général et dans son attitude quelque chose qui rappelle l'impression produite par une plante dont la vitalité diminue et qui languit et s'affaisse faute d'eau et de soleil. Tous les muscles manquent de force et il en résulte un vice particulier dans la tenue qui peut aller jusqu'à produire de véritables déviations de

la taille. Les os qui composent la colonne vertébrale n'étant plus soutenus assez énergiquement, glissent les uns sur les autres et s'affaissent en avant : le dos se voûte. Les omoplates ne sont plus tirées par des muscles assez résistants et tendent à se porter en dehors : les épaules se rentrent. Enfin, les muscles respiratoires ne relèvent plus les côtes avec assez de vigueur et la poitrine s'aplatit. Mais les muscles ne sont pas les seuls organes qui se ressentent du défaut d'exercices : toutes les fonctions de l'organisme sont dans le même état de langueur que les fonctions musculaires. La digestion est paresseuse et l'appétit fait défaut ; la circulation du sang est moins active, le pouls est petit et fréquent, ce qui indique le peu d'énergie du cœur ; la respiration est lente, courte, fait pénétrer peu d'air dans les poumons. Du côté des centres nerveux s'observent aussi des troubles remarquables qui consistent dans l'affaissement de toutes les facultés actives. L'enfant ne sait plus vouloir ; il éprouve un dégoût insurmontable pour le mouvement et, en général, pour tout ce qui implique un effort. Plus longtemps est-il resté sans prendre d'exercice, plus il manifeste d'éloignement pour tout mouvement, plus il montre de préférence pour les amusements sédentaires. A ce moment il est des enfants qui semblent pris d'une véritable passion pour la lecture et dévorent tous les livres qui leur tombent sous la main. D'autres passent des journées entières à crayonner sur le coin d'une table.

« Mais au fur et à mesure que la volonté perd son énergie, la sensibilité devient plus vive et l'imagination plus ardente, ainsi qu'il arrive dans tous les états nerveux. La santé morale de l'enfant ne court pas de moindres dangers que sa santé physique et c'est le moment de dire avec un auteur belge : « Votre enfant n'aime plus le jeu, craignez qu'il ne devienne vicieux. » Dans ces états de langueur maladive, le remède par excellence est l'exercice musculaire. Il suffit que l'enfant consente à se livrer quelques heures chaque jour à un jeu violent quel qu'il soit, pour que tous les organes reprennent en quelques semaines leur fonctionnement régulier et pour que l'équilibre se rétablisse dans les fonctions nerveuses et dans le caractère même de l'enfant. »

(*A suivre.*) Guillaume Sterroz.