La place de l'éducation physique dans l'éducation générale [suite]

Autor(en): **Dottrens, Robert**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Jeunesse forte, peuple libre : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin**

Band (Jahr): **5 (1948)**

Heft 2

PDF erstellt am: **04.06.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-996596

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

fait que, pour être mis au bénéfice de l'Assurance militaire fédérale, l'entraînement du cours de base peut avoir lieu simultanément avec la leçon ordinaire, à la condition que les jeunes gens I.P. forment un groupe distinct. En conséquence l'Assurance militaire ne répond pas des accidents dont sont victimes les élèves I.P. au cours d'exercices de gymnastique exécutés en dehors des exercices de l'I.P. Cette activité doit être couverte par la Caisse d'assurance-accidents des gymnastes;

2. Ton livret d'appel tient lieu de contrôle;
3. Si, malheureusement, l'un de tes élèves est victime d'un accident pendant les exercices de l'I.P., avise immédiatement l'instance cantonale de l'I.P.

NOUS TE RECOMMANDONS ENCORE

D'entretenir les meilleures relations avec l'instance cantonale de l'I.P.;
D'observer strictement les prescriptions de cette instance et les délais qu'elle impartit;
D'être très précis dans la tenue de ton livret d'appel et dans l'administration de tes cours.

Tu manifesteras ainsi le sérieux de ton travail et la fermeté de tes convictions de gymnaste.

Et, maintenant, le Comité central compte sur toi. Va de l'avant, tiens haut la bannière de ta section !

Nous te souhaitons « bonne chance » dans ta féconde et généreuse activité.

Berneck et Genève, février 1948.

Au nom du Comité central :

Le président central,
Robert GSCHWEND.

Le secrétaire central,
John CHEVALIER.

N.B. — En raison du manque de place, le communiqué de l'A.S.F.A. ne sera publié qu'en avril.
La Rédaction.

La place de l'éducation physique dans l'éducation générale

par M. Robert DOTTRENS, directeur des Etudes pédagogiques, à Genève.

(Suite voir 1ère partie dans le No 1)

L'éducation physique se propose surtout :

1. de développer les forces et d'affermir la santé.
2. d'habituer à une bonne tenue.
3. de développer l'agilité.
4. de former le caractère.

L'éducation physique contribue donc aussi à l'éducation morale. Tout éducateur peut souscrire à une telle rédaction ; le but est clairement et rationnellement fixé. Qu'en a-t-il été de l'application ? Il faut reconnaître qu'elle n'a pas correspondu aux intentions du législateur. La gymnastique a continué d'être un enseignement et non pas une éducation. Là encore, on a vu le savoir et non le savoir-faire ; mais, fait plus grave, l'édition de 1942 du Manuel fédéral concernant la gymnastique contient des déclarations dont on doit bien reconnaître qu'elles ont été fâcheusement influencées par les événements extérieurs. Voici, en effet, quel est le but assigné à l'enseignement de la gymnastique par ce document :

« Dans notre pays, l'enseignement de la gymnastique est étroitement lié à l'éducation de la jeunesse en vue de la formation d'une armée forte et capable ».

Et le manuel propose ou plutôt impose les exercices que voici dans les écoles : assaut d'une hauteur, occupation d'un pont, franchissement d'une chaîne de postes, la petite guerre, la lutte entre deux partis, le jeu de guerre, exercices de patrouille avec carte et boussole. Il ne s'agit ni plus ni moins que de la militarisation de la jeunesse. C'est faux ! et plus vite on reviendra de ces erreurs, mieux cela vaudra, car elles constituent une déviation dangereuse de l'éducation physique, propres à renforcer la position de ceux qui lui dénient toute valeur. Nous avons autre chose à faire, en Suisse, qu'à nous inspirer des procédés que les pays totalitaires ont mis au point pour former leur jeunesse. Comment veut-on développer chez nos enfants l'esprit de collaboration, de solidarité, de tolérance en pratiquant une éducation physique vouée, dès l'école, à des fins étrangères à l'éducation harmonieuse des enfants ? Nous avons donc, actuellement, à réparer des fautes commises par insuffisance et par excès. Nous ne pouvons le faire qu'en replaçant le problème de l'éducation physique dans le cadre de l'éducation générale. Il s'agit, avant tout, de la formation des enfants. Dès lors, l'éducation physique, comme les autres disciplines de l'éducation, doit accepter les postulats de l'éducation dans la démocratie :

1. Respecter l'enfant et sa destinée d'homme ;
2. Tenir compte des possibilité des élèves ;
3. Former des hommes au sens où l'entendait Vinet : maîtres d'eux-mêmes afin d'être mieux les serviteurs de tous ;
4. Concilier le développement personnel de chaque individu avec les exigences et les moyens du milieu dans lequel il est appelé à vivre.

Ce milieu, c'est le pays, une collectivité d'êtres libres s'imposant volontairement les conduites sociales permettant leur vie en commun.

L'éducation a donc pour but de préparer ces êtres libres capables de penser et d'agir sainement en coopérant avec leurs semblables. Dans

une telle éducation, le rôle de la gymnastique est facile à préciser :

1) maintenir en bon état des organismes sains ;

2) améliorer les organismes délicats ;

3) vu l'interdépendance du physique et du spirituel, faire concourir l'éducation physique à l'éducation du caractère et de la volonté, car plus que toute autre technique éducative, elle se prête admirablement à cette double tâche qui consiste à acquérir la maîtrise de soi-même et l'esprit d'équipe. Elle concilie, en effet, les exigences de l'éducation personnelle et de l'éducation sociale. Quand on voudra bien admettre que l'exercice physique est une manifestation primitive et naturelle de la vie, on en viendra à concevoir sous un autre angle l'éducation physique et sa nécessité. Nous devons d'autre part, lutter contre les effets néfastes de notre civilisation du confort qui tend à éliminer l'effort physique. Pendant des siècles, l'exercice a été lié au travail, il l'est de moins en moins dans la plupart des occupations contemporaines. Dès lors, le besoin croit sans cesse d'une activité indépendante assurant au corps son entretien et son équilibre. Par ailleurs, l'amélioration des conditions de la vie, en particulier la diminution des heures de travail et l'augmentation des loisirs, pose à notre génération le problème d'occupations compensatrices conçues comme un dérivatif à la tâche quotidienne. Enfin, on devrait se préoccuper beaucoup plus qu'on ne le fait de l'avilissement actuel du sport. A lire les journaux, à entendre la radio, il semblerait que le monde des sportifs est constitué par de nombreuses cohortes d'êtres vigoureux et entraînés, mais à y regarder de plus près, on s'aperçoit que, comme à Rome, le sport dans notre pays tend à devenir un spectacle. S'il y a vingt-deux foot-balleurs semi-professionnels qui jouent sur un terrain, des dizaines de milliers de spectateurs les regardent, leurs seuls mouvements n'étant que des trépignements et des gestes démontrent la prépondérance de leurs instincts sur leurs réactions intelligentes. Et des centaines d'autres « écoutent le match » expression plus que curieuse!, on en conviendra, vautrés sur des canapés ou enfoncés dans des fauteuils. Il est ridicule de les appeler « chers amis sportifs », car le vrai sport est une manifestation de vitalité et d'énergie. Les gens qui ne s'exercent plus physiquement ou qui se contentent de voir s'exercer les autres ne sont pas des sportifs, mais des êtres moins vivants.

Une éducation physique bien conçue permettrait, sans doute, de redonner au sport sa vraie valeur. Il est intéressant de remonter à l'origine de ce mot. Dans le vieux français, le verbe **s'espacier** et le verbe **se desporter** signifiaient que l'on quittait son travail pour aller au dehors jouir de l'espace, c'est-à-dire s'exercer en s'amusant. Le mot **s'espacier** est devenu en allemand spazieren ; de desporter, les Anglais ont fait desport, puis sport. Desporter avait en lui une idée de séparation, de détente. On se séparait du train-train quotidien, des nécessités de la vie pour aller se détendre. C'est, en somme, bien cela qu'est le sport ; un jeu, une activité physique auxquels l'individu se livre volontairement par désir de détente, de lutte ou de compétition. Le sport c'est un exercice physique auquel on trouve de l'intérêt ; c'est en quelque sorte de la gymnastique appliquée à un besoin. Le sport est une gymnastique fonctionnelle ; il implique : initiative, risques, activité volontaire, responsabilité, effort consenti. L'éducation physique et le sport sont d'excellents adjuvants de l'éducation morale laquelle a pour but la maîtrise de soi-même assurant un comportement social normal. *(A suivre.)*

L'entrainement sportif au point de vue médical

par M. le Dr. Paul MARTIN, Lausanne.

LES TROIS RÈGLES DE L'ENTRAINEMENT :

La définition de l'entraînement : sorte d'éducation en vue d'un but déterminé implique trois règles : une **graduation,** une **discipline,** un **renoncement.**

Graduation dans l'effort et la vitesse, discipline à exécuter à la lettre, un tableau d'entraînement, renoncement à tout ce qui peut le dégrader inutilement.

Ces règles fondamentales accompagnent l'athlète au cours de tout son entraînement et doivent,, tel un accord d'harmonie, sonner toujours juste.

Plus la graduation augmente, plus la discipline doit s'affermir, plus le renoncement devient important.

Si au début de cet exposé, j'ai dit que, pour bien comprendre l'entraînement, il faut l'avoir longtemps pratiqué, c'est que j'en ai fait moi-même une assez longue expérience, qui seule m'a permis, après en avoir pénétré les principes, de rester en forme au cours de cinq Jeux Olympiques, c'est-à-dire plus de vingt ans.

Voici le résultat de mon expérience empirique au début, mais aujourd'hui scientifique. Une simple courbe en résume le processus. J'imagine que physiologiquement cette courbe ne peut être différente, et que ce graphique de l'entraînement sportif ne peut avoir une autre image synthétique s'il veut donner à l'organisme son maximum de rendement. Cette courbe représente donc les différents stages d'un entraînement. Est-il besoin de rappeler que l'entraînement du début doit être adapté à l'âge et à la capacité physique de départ ; et pourtant combien de faux appétits au début, de surmenages insensés et de claquages inutiles. Si l'on s'en tient bien à ce plan, il n'y a pas d'erreurs possibles.

A et B représentent la période d'adaptition, de mise en train que j'appelle la mise en condition physique. Il s'agit d'entraîner avant tout une fonction qui s'affaiblit vite, qui est toujours mal ou presque pas entraînée, et pourtant qui domine toutes les autres : C'est la fonction pulmonaire. Eduquer le souffle, augmenter la puissance pulmonaire, la maintenir parfaite, à son maximum, voilà la **base de l'entraînement.**

(A suivre)