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

Herausgeber: École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

Band: 6 (1949)

Heft: 1

Vorwort: Enthousiasme et joie

Autor: Kaech, Arnold

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

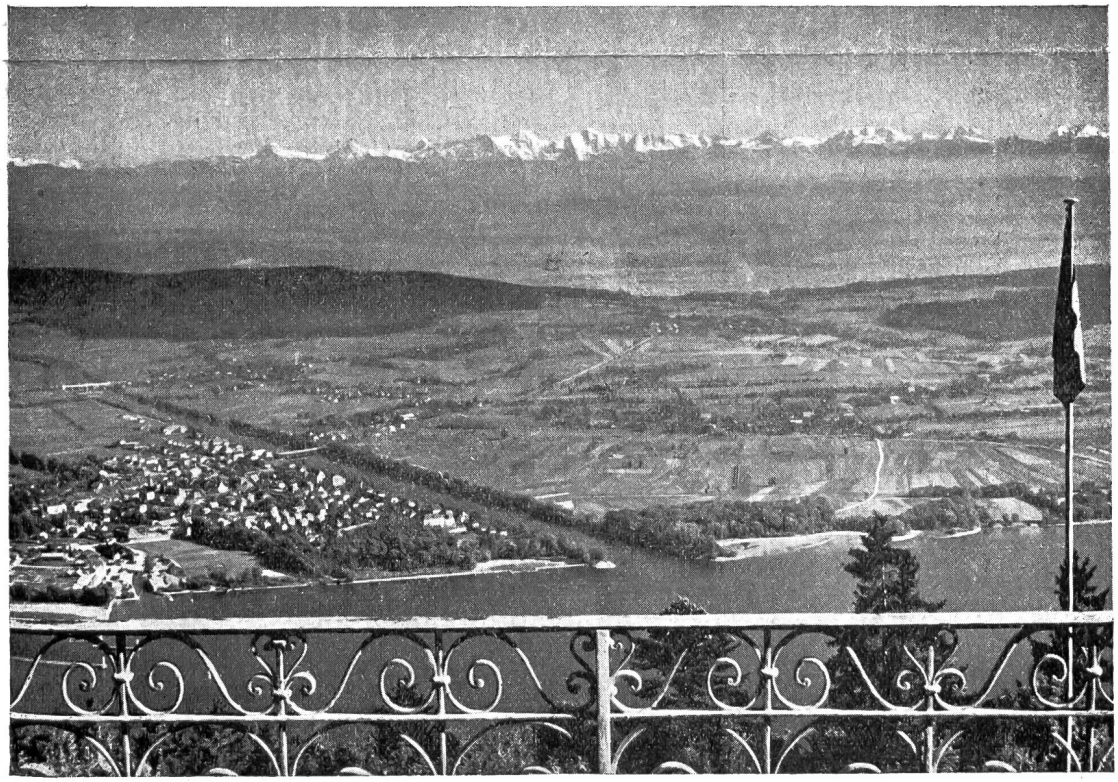
OFFICIEL

JEUNESSE FORTE PEUPLE LIBRE

Revue mensuelle de l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport (E. F. G. S.) à Macolin.

Macolin, janvier 1949 | Abonnement : Fr. 1,50 l'an | 6me année | N° 1

ENTHOUSIASME ET JOIE



En ce début d'une nouvelle année ce message s'adresse avant tout aux moniteurs de l'Instruction préparatoire. Et tout particulièrement à ceux qui ont préparé et conduit leurs sections aux cours de base et à ceux dits à option. Je les remercie sincèrement ! A tous ceux qui, à la ville comme à la campagne, dans nos montagnes et jusque dans les vallées les plus retirées de notre chère patrie si diverse, aux caractères si variés, aux régions si nettement distinctes, toutes fidèlement attachées au pays si beau, fort et libre, et qui ont collaboré à ce mouve-

ment de jeunesse, le faisant connaître et progresser, je dis : Salut et merci ! Mes meilleurs voeux à l'occasion de l'an neuf !

* * *

Un moniteur de l'instruction préparatoire devrait être un artiste au mille tours, un gaillard incomparable, à la hauteur de toutes les situations. Il doit posséder la technique et la méthodologie des disciplines de base, ou toute la matière d'un cours à option ; si ce n'est les deux ; et les règlements, les prescriptions relatives aux mensurations, et par-dessus tout encore la guerre du papier si connue. On exige de lui qu'il ait des contacts constants avec les parents, les membres du corps enseignant, du clergé, avec les organes directeurs des sociétés, infatigable informateur visant à expliquer que l'instruction préparatoire ne recherche pas à faire de jeunes gens en pleine croissance des guerriers farouches et hargneux, mais bien des citoyens sains de corps et d'esprit. Il doit posséder suffisamment d'intuition pour former une section homogène, possédant un bel esprit de collaboration, avec des éléments souvent fort divers et, finalement, c'est à lui qu'incombe la tâche d'enthousiasmer ses élèves pour la meilleure des causes.

* * *

Parlons d'abord de la technique. Elle est la meilleure discpline menant à l'exécution exacte. Elle occupe la place la plus large dans les programmes des cours de moniteurs de Macolin. Cette technique sera avant tout comprise par l'esprit, puis incorporée pour ainsi dire au corps lui-même. Nous devrions abdiquer, résignés, dès demain si nous ne pouvions mettre en évidence ce but essentiel de la technique, l'introduisant partout, et courageusement : Il est bien évident qu'il ne saurait être possible de préparer parfaitement un moniteur dans un seul cours d'une semaine, techniquement parlant. Nos cours ne peuvent que soumettre et introduire la compréhension de quelques principes de base. C'est là notre seule ambition. Il n'est pas essentiel ni déterminant qu'on connaisse parfaitement la manière de jeter un boulet ni d'estimer si son vol fut parfait, mais bien de le faire jeter par nos élèves et ce avec joie. Pourquoi donc un enseignement de la technique? Précisément parce que nous rechercherons — et dans tout ce que nous entreprenons — de tendre vers le « Mieux », dans toute notre activité de l'Instruction préparatoire. Parce que, ici, aussi. nous tendons vers la qualité. Mais avant tout et par-dessus tout, parce que l'apprentissage par une technique précise de l'exécution exacte peut seul mener à l'épanouissement des forces physiques et à des performances complètes. Et c'est là un des buts de l'Instruction préparatoire. Voilà pourquoi la technique prend une telle valeur dans les connaissances du moniteur, encore qu'elle ne soit pas l'essentiel.

* * *

La méthodologie est la suite naturelle de l'enseignement de la technique. Elle est un art difficile. Si pour les uns elle peut être innée, elle sera pour les autres acquise de haute lutte. Mais chacun peut faire ses propres expériences. Elle a, dans nos cours, une place trop modeste. Mais nous devons nous contenter de donner quelques indications et l'un ou l'autre schéma pour la composition d'une leçon-type.

Se présenter devant sa section parfaitement bien préparé doit être pour chaque moniteur un cas de conscience. Il ne suffit pas de faire jouer quelques muscles. Et s'il ne se sent pas capable d'improviser sa leçon, il ne doit avoir aucune honte à revoir les notes qu'il a prises à Macolin en écoutant ou observant Taio ou Rüegsegger, ou tout autre directeur de cours.

* * *

Parlons maintenant de l'essentiel : de **l'enthousiasme,** donc de **l'esprit.** Vous ne le trouverez pas dans nos programmes de cours, et nous n'avons introduit aucune leçon sur « l'esprit ». Il est malaisé de discuter de l'esprit. Et l'art d'enthousiasmer ne s'apprend guère. Elle est affaire exclusive de la personnalité. Notre chef de section pour l'Instruction préparatoire rencontra un jour dans un cours cantonal de répétition un moniteur qui — vieux bonhomme ventru et chauve, sans allure « sportive » — paraissait prédisposé à tout sauf à enseigner la gymastique et les sports à des jeunes gens. Mais — et c'est ici le plus surprenant — cet homme est depuis de longues années un moniteur plein d'entrain d'une belle section. Dans sa sphère d'activité tous les jeunes gens en âge de I. P. participent aux exercices. Il est plus qu'un technicien, il a réussi à emballer, à enthousiasmer ses élèves.

Le pire ennemi de l'enthousiasme est l'ennui. C'est pourquoi, dans l'activité de l'Instruction préparatoire, la joie reste essentielle. Un moniteur n'a pas particulièrement bien travaillé si sa section a obtenu une honorable moyenne dans les épreuves « mesurables ». Il ne peut se considérer comme satisfait que s'il a conduit et dirigé une activité toute de joie, de gaîté, et s'il a réussi à enthousiasmer ses jeunes gens. Et cet enthousiasme ne doit pas se refroidir une fois les examens passés. La fin d'un cours et les épreuves réussies ne sont pas un but en soi. Ce but ne sera atteint que si le moniteur a su éveiller la joie à la pratique des exercices physiques de telle manière qu'après le licenciement et la fin de la période des cours cette joie et ce besoin subsistent. Et si ces jeunes gens se font recevoir dans l'une ou l'autre des sociétés de gymnastique ou de sports, ce sera tant mieux ! Car l'Instruction préparatoire n'est pas un but limité et définitif, mais bien seulement le pont qui doit relier l'enseignement de la gymnastique à l'école à celui qu'on reçoit dans les associations de gymnastique et de sport.

Il est des moniteurs pleins de science et de connaissances sérieuses qui s'étonnent souvent du peu de succès de leurs efforts, de leur travail assidu, d'où ne jaillit guère de joie de leurs élèves. Je leur recommande de ne pas oublier les jeux. Le jeu ,avec ou sans balle, peut transformer la mauvaise humeur d'une soirée en un

bel enthousiasme. Et ce que peut un simple jeu pour une seule soirée, un cours à option, cours de ski, camp en haute montagne, une excursion, le feront mieux encore et pour toute la durée de l'Instruction préparatoire. C'est la raison pour laquelle ni les jeux ni les cours à option ne devront être négligés. Ils seront les meilleurs collaborateurs d'un moniteur qui en est encore à ses débuts dans l'art de provoquer et de développer l'enthousiasme.

Aidez-nous donc dans notre travail en adoptant avec nous la devise : « ENTHOUSIASME et JOIE ». Ces buts sont essentiels, aujourd'hui, demain et toujours . . .

Arnold Kaech.

ÉCHOS DE MACOLIN

Réalisation et projet de l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport

La Suisse construit à Macolin — sur un contrefort du Jura dominant Bienne et le lac — son institut national de gymnastique et de sport. Celui-ci est, de par sa conception, unique en son genre. Il doit permettre d'apporter aux milieux responsables d'une saine éducation physique et morale de notre jeunesse, les éléments susceptibles de réaliser la maxime « Mens sana in corpore sano ».

Le gros problème posé par la réalisation de cette école fut l'utilisation rationnelle des vastes compartiments de terrain par les diverses installations, tout en les associant aux beautés naturelles de l'endroit, à la diversité de sa topographie très mouvementée, à sa végétation et en tenant compte du rôle psychologique de ces installations dans la pratique des divers sports. La région de Macolin permet de satisfaire fort heureusement à toutes ces exigences.

Le terrain

Le terrain mis à la disposition de l'école, par des achats ou par réserve sous forme de droit de superficie, s'étend sur une surface d'environ 3 km. de longueur et 1 km. de largeur. Cette surface est répartie sur trois terrasses superposées situées à des altitudes allant de 880 m. à 1.080 m.

La première terrasse dominant immédiatement le village même de Macolin se présente sous la forme de petites combes et vallonnements aux pentes très douces, coupés de bosquets et de buissons. Elle est exposée au midi et de ce fait richement ensoleillée. On y jouit d'une vue magnifique sur tout le Seeland et la chaîne des Alpes. La deuxième terrasse joute à la première mais en est complètement séparée par un rideau de forêt. Elle domine la terrasse précédente de quelque 50 m. et se trouve sur une croupe dont une des pentes se dirige vers le vallon d'Orvin-Frinvilier alors que l'autre est tournée vers le lac de Bienne. Cette position l'expose à l'air frais des hauteurs du Jura et rend cette contrée parfaitement agréable même en été.

Résolument tournée vers l'ouest, la troisième terrasse fait suite à une longue bande de terre partie cultivée, partie pâturage légèrement déclive et truffée de noisetiers et autres arbrisseaux. C'est au fond d'une clairière sise à 1.080 mètres que les dernières installations de l'école, le stade de la forêt, se trouvent dissimulées par les sapins.

Considérations techniques-sportives et constructions.

Pour permettre l'accomplissement normal du programme de travail dévolu à l'école, les places d'exercices ont été réparties sur les diverses terrasses décrites ci-dessus.

La terrasse inférieure est réservée à la plus grande partie des constructions. On y trouve notamment les halles de sport et de gymnastique et les locaux annexes tels que vestiaires — douches — WC — sauna — locaux du matériel — chauffage, etc.

Il s'y construira encore, dans un avenir que nous espérons très proche, un laboratoire physiologique en bordure de la piste d'entraînement du « stade des mélèzes », une église, des bâtiments d'habitation et d'enseignement, des salles communes, etc. Le groupe formé par les édifices, halle de sport et de gymnastique sera complété par une série de petits pavillons destinés à la pratique de certains sports particuliers tels que la boxe, l'escrime, la gymnastique rythmique, les danses populaires. Les arts, eux-mêmes, n'ont pas été oubliés, puisqu'un pavillon sera aménagé à leur intention ; c'est ainsi que les peintres, les sculpteurs, les musiciens, etc., disposeront d'ateliers et pourront séjourner à Macolin pour rechercher dans cette incomparable nature de nouvelles sources d'inspiration.

En plus de ces constructions, il y a lieu de signaler le petit chef-d'oeuvre que constitue la piscine ouverte, aujourd'hui complètement achevée et à proximité de laquelle trouveront places 4 courts de tennis et un terrain de jeux.

La deuxième terrasse est formée d'une large esplanade qui conviendra parfaitement à l'aménagement de la piste olympique de 400 mètres qui sera prochainement mise en chantier. Cette piste sera dotée de tribunes et entourera un terrain de jeux et des emplacements pour l'athlétisme. A proximité immédiate, dans un angle