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: 11

Artikel: Du sens de notre travail

Autor: Kaech, A.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-996703

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

DU SENS DE NOTRE TRAVAIL

L'inauguration de la première étape de construction de l'École fédérale de gymnastique et de sport fut une excellente occasion de montrer le rôle qu'elle a à jouer dans le domaine de la gymnastique et du sport en général et dans la vie de notre jeunesse en particulier. De belles paroles furent prononcées à cette occasion. L'idéal de l'École fut exalté par chacun. Nous ne voulons pas parler ici de cet idéal, mais bien plutôt de la mission dévolue à notre institut national d'éducation physique. Pour ce faire, nous citerons, comme entrée en matière, un extrait du discours inaugural de M. le conseiller fédéral Kobelt. Notre chef du Département militaire fédéral releva notamment : « Il ne s'agit pas tellement de s'éduquer pour le sport, mais bien davantage de se servir du sport comme moyen d'éducation de l'homme. »

ARNOLD KAECH
directeur de l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport

S'éduquer par le sport en s'appliquant à sa pratique rationnelle est, certes, notre premier devoir. Mais celui-ci ne saurait être rempli équitablement sans que le deuxième n'y soit associé : se servir du sport comme moyen d'éducation. (Il n'est peut-être pas superflu de rappeler ici que, sous l'appellation de sport, nous comprenons les exercices physiques en général, tendant au développement harmonieux de notre organisme. Il nous reste donc à voir comment, dans notre travail quotidien, nous pouvons prendre en considération les exigences de ces deux importantes missions et quels sont les moyens dont nous disposons pour les mettre équitablement en valeur.

* * *

Voyons d'abord les moyens et disons d'emblée que les cours de moniteurs de l'instruction préparatoire ont constitué, jusqu'à présent, notre plus importante activité. Les cours d'associations que nous organisons nous donnent l'occasion de faire prévaloir notre conception et notre influence.

Le programme de travail de nos cours tient compte, en premier lieu, du fait que l'instruction préparatoire n'est plus qu'un intermédiaire entre la gymnastique scolaire et l'activité des associations de gymnastique et de sport. Elle doit être un pont, un passage naturel de l'une à l'autre. Notre travail est, de ce fait, essentiellement orienté sur la gymnastique scolaire telle qu'elle est prescrite dans le manuel fédéral de gymnastique pour garçons.

L'instruction préparatoire doit tenir compte du besoin sans cesse grandissant, du désir de lutter et de se mesurer qui animent notre jeunesse post-scolaire. C'est pourquoi cet enseignement doit être vivant et composé essentiellement de jeux et de compétitions faciles destinés à stimuler l'ardeur et l'intérêt de ceux qui le suivent. L'ennemi No 1 de l'instruction préparatoire (comme de toute leçon de gymnastique !) c'est l'ennui. C'est la raison pour laquelle nous évitons les préliminaires où prédominent les exercices à fonctions correctives et disciplinaires. On n'attache non plus par une extrême importance à l'école du mouvement, bien que son application à l'instruction préparatoire ne serait pas superflue. Nous sommes, pour notre part, persuadés qu'elle serait plus nuisible qu'utile si elle n'est pas enseignée par un spécialiste; or l'instruction préparatoire ne dispose que fort peu de spécialistes.

La plus grande différence avec le travail dans les associations provient du fait que l'instruction préparatoire ne vise aucunement à une spécialisation, mais se forme, au contraire à une école, un entraînement général de base (à l'exception toutefois des domaines d'activité dans lesquels une seule discipline est exercée, comme, par exemple, le ski).

Mais cet entraînement de base doit être, en même temps, une introduction dans les divers domaines de la gymnastique et des sports. Elle doit assurer la formation de base nécessaire, éveiller le désir de poursuivre d'autres activités sportives, stimuler la joie de mesurer sportivement ses forces et inciter ainsi les élèves de l'instruction préparatoire à se rallier à une association de gymnastique et de sport au sein de laquelle ils pourront poursuivre la pratique de leur sport favori. L'instruction préparatoire ne tend ainsi pas à autre chose qu'à amener de nouvelles recrues aux diverses associations de gymnastique et de sport. Cette merveilleuse possibilité de recrutement n'est, malheureusement, pas encore partout utilisée.

Le but de notre enseignement méthodique réside dans la recherche d'une certaine indépendance du moniteur. Il doit rechercher et sentir lui-même ce qui est juste. C'est ainsi, par exemple, qu'on lui laissera essayer plusieurs positions de départ en lui laissant le soin de déterminer la meilleure. Il possédera mieux ce qu'il aura lui-même travaillé que tous les enseignements que pourrait lui apporter une théorie de son maître. Le peu de temps dont nous disposons nous oblige à mettre à la disposition de nos moniteurs un schéma d'enseignement méthodique. C'est au cours d'une exposé « standard », « Construction d'une leçon », que ce schéma leur est donné. C'est, en fait, un « concentré » d'enseignements méthodiques qui précisent la forme qui doit être donnée à la leçon I.P. C'est, en quelque sorte, l'expression de notre méthode, et nous tenons à l'esquisser brièvement.

La leçon I.P. commence par un appel suivi des communications utiles concernant le travail. Puis nous arrivons à une partie extrêmement importante : l'échauffement ou mise en train (que

beaucoup de sections de gymnastique et de clubs sportifs négligent !). Elle a pour but de donner au corps la préparation nécessaire pour les efforts croissants à venir. L'échauffement se compose de course (jeux de course), faite, ce qui est préférable, en dehors de la piste, d'exercices de culture physique et de réactions. Il est clair que tout ceci est travaillé suivant le rythme personnel de chacun et non en section. Après 10 - 15 minutes le corps est échauffé et prêt. Nous arrivons au noyau de la leçon. Nous ferons, avant tout, des exercices athlétiques, puis l'accent principal sera porté sur la gymnastique acrobatique, la gymnastique aux engins, concours de jeux individuels et autres. Aucune

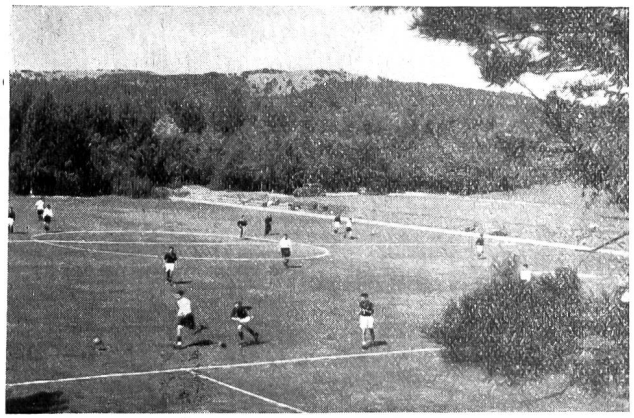
LE STADE DES MÉLÈZES
avec sa piste d'entraînement de 300 mètres est situé dans un cadre franchement idyllique.

leçon I. P. ne devrait se terminer sans un jeu d'équipe. Il forme l'esprit et crée par dessus tout l'enthousiasme et la bonne humeur. Mais ce n'est pas tout. Il est d'une très grande utilité, après avoir atteint ce point culminant de diminuer l'effort. Avec une allure, un rythme décroissant, nous reviendrons au calme jusqu'à ce que la respiration soit à nouveau normale. Retour au pas en chantant ; appel final et communication; coucher. Suivant le temps, les installations et les circonstances on pourra naturellement s'écarter de ce schéma. Son caractère principal doit résider dans la lente montée de la courbe de l'effort, dans le maintien au point culminant et ensuite le retour au calme. Nous trouvons cette même courbe depuis la gymnastique scolaire jusque dans les sports de compétition. Elle peut être appliquée à l'ensemble d'une saison d'entraînement et même à la vie. Elle est une de ces lois « éternelles ». Sa propagation et son application par l'instruction préparatoire doivent faire en sorte qu'elle soit moins transgressée que cela a été le cas jusqu'à maintenant.

Nous vous avons parlé jusqu'ici de l'éducation du sport, c'est-à-dire de ce qui constitue notre première mission. Nous voulons aborder maintenant notre seconde mission et considérer le sport en tant que moyen d'éducation. Ici comme dans le cas précédent le point de départ est le même : L'I. P. n'est pas quelque chose pour elle-même, quasiment enfermée dans une pièce vide d'air. Elle est beaucoup plus un stade intermédiaire entre le cadre familial et scolaire, et la complète liberté de vie de l'adulte. C'est la raison pour laquelle il ne s'agit pas de cultiver dans l'I. P. un esprit spécial ou une discipline particulière qui lui serait propre. Mieux encore elle doit être établie sur des principes de base qui régissent la famille, l'école et l'église. Notre rôle consiste donc à renforcer et à façonner ces fondements le mieux possible dans un temps aussi restreint. Il y a lieu de tenir compte à côté de cela de la particularité de l'âge I. P. et d'adapter le sport à ces conditions particulières. C'est pourquoi il ne peut être question d'appliquer à notre enseignement une discipline militaire ou pseudo-militaire.

La discipline militaire est nécessaire à l'activité de l'armée et pour répondre aux exigences que nous impose la guerre et elle ne souffre aucun compromis. La discipline, ou si vous préférez, l'esprit que nous cherchons à inculquer dans les cours I. P. n'a aucun rapport avec les exigences de la guerre, mais vise au contraire à développer les sentiments qui rendent possible la vie en communauté. C'est ainsi que nous exigeons, pour donner un exemple concret, que l'on arrive à l'heure au travail, aux repas et ceci non pas parce que la ponctualité est un ordre strict et absolu (comme dans la discipline militaire), mais parce qu'une arrivée tardive est une impolitesse à l'égard du moniteur et des camarades et qu'elle nuit à la vie en communauté. Cette vie en communauté se trouve donc être au centre de nos préoccupations d'éducateurs sportifs. Ce n'est rien d'autre que ce que la famille et l'école nous enseignent et qui trouve son sens le plus profond et le plus élevé dans le premier et le plus grand commandement chrétien : « Aime ton prochain comme toi-même ». Nous considérons le sport comme un remarquable moyen d'éducation de la société. Il aiguillonne la passion et la bride tout à la fois. Il stimule au combat, mais en dicte les règles. Il enseigne — dans le jeu d'équipe — que le succès ne dépend que d'un travail désintéressé de toute l'équipe. Il est inutile de dire que ces choses ne doivent pas seulement être prêchées, mais qu'elles doivent au contraire être vécues.

Nos cours de moniteurs I. P. doivent être pour les participants quelque chose qui marque intensément leur vie. Tous les efforts du directeur du cours et des maîtres doivent tendre à cela. Et cependant cette influence doit s'imposer imperceptiblement et naturellement par l'ambiance que le moniteur saura créer. Cette ambiance, cette chaude atmosphère sera encore stimulée par l'enseignement pratique des maîtres qui veillent à ce que le sport soit pratiqué



Match de football à la Hohmatt.
Loin des fumées d'usines et du bruit de la grande ville, qu'il fait bon s'ébattre dans la pure senteur de la forêt voisine !

dans le « véritable esprit ». Le cadre naturel de Macolin, les excursions et les feux de camps, la chaude camaraderie, les conférences de choix sur certains problèmes en rapport avec l'éducation physique, ainsi que l'influence de certains participants pleins d'enthousiasme et de joyeuse exubérance, créent une ambiance des plus sympathiques et font de ces cours quelque chose d'inoubliable et extrêmement profitable pour chacun. Combien de jeunes nous ont quitté le coeur serré à la pensée de reprendre une vie qui ne les a pas toujours gâtés !

La joie et l'amitié sont les fondements de toute l'activité de nos cours. Cette activité doit être établie en fonction de l'exubérance et de la vitalité qui caractérisent la jeunesse actuelle. Elle doit être, et c'est certainement là la véritable raison d'être du sport, un élément de compensation entre la ville et la fabrique, l'usine et le bureau, la charrue et le banc d'étude. Bref, elle doit être une occasion de s'évader des contingences journalières de notre vie matérialisée. Le plus mauvais cours est celui dans lequel les jeunes gens se sont ennuyés et n'ont pas eu l'occasion de s'enthousiasmer.

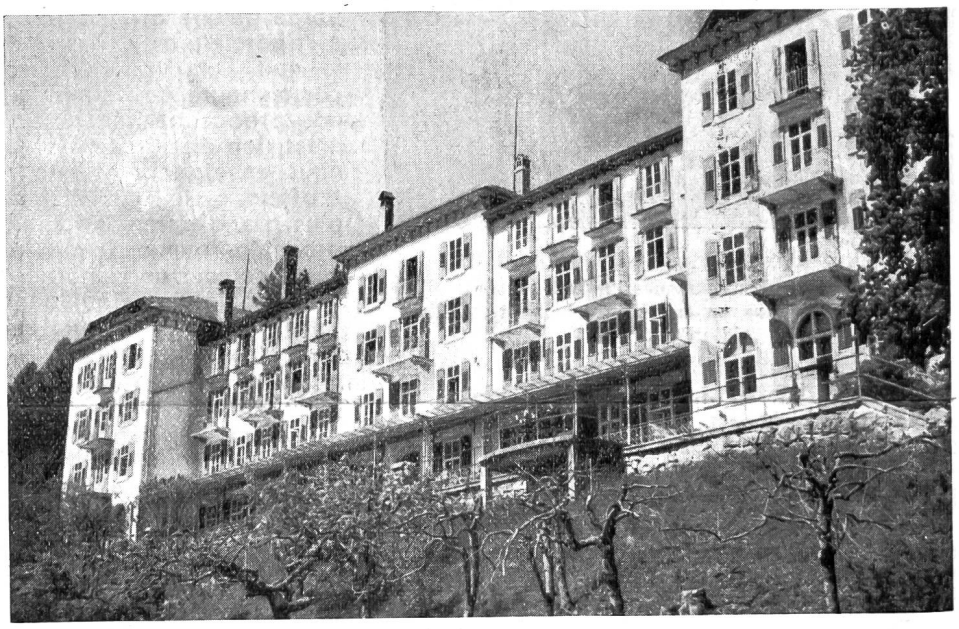
C'est de cette manière que nous cherchons à utiliser le sport comme moyen d'éducation. Nous savons, il est vrai, que certaines lumières que nous croyions avoir allumées se sont à nouveau éteintes ; mais un nombre imposant de lumineux flambeaux témoignent de nos efforts et nous encouragent à continuer dans la voie que nous avons choisie.

A. Kaech.

(A suivre)

MACOLIN Eden de gymnastique, de jeu et de sport...

Voici l'ancien Grand Hôtel de Macolin qui sert actuellement de siège administratif de l'Ecole fédérale de gymnastique et de sport. Il fut acheté en 1944 par la Ville de Bienne pour être mis à la disposition de l'Office central pour la gymnastique, le sport et le tir (OFI). En attendant la construction du « village sportif » c'est là que sont logés tous les participants aux cours. Grâce à l'adjonction d'un ancien baraquement militaire, l'Ecole peut héberger actuellement jusqu'à 180 personnes.



S'inspirant de nos plus pures traditions helvétiques l'Ecole a, d'emblée, accueilli avec beaucoup de sympathie les groupements folkloriques les plus divers. Voici, sur le stade des Mélèzes, une phase des danses populaires qu'exécute, chaque année avec beaucoup de succès, l'Association du folklore bernois. C'est avec plaisir que nous y verrions évoluer les « Compagnons du Vieux Pays » ou les « Armaillis gruyériens ».