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: 16 (1959)

Heft: [4]

Artikel: Enseignement technique et méthodique du lancer

Autor: Scheurer, Armin

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-996491

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

Enseignement technique et méthodique du lancer

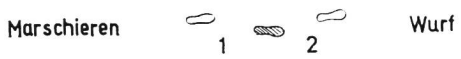
par Armin Scheurer en collaboration avec le personnel enseignant de l'E. F. G. S.
Photos : W. Brotschin. Dessins : R. Handloser

Initiation avec la balle à lancer (Halle)

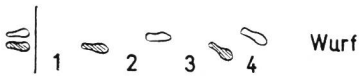
Montrer tout d'abord aux élèves comment la balle doit être tenue en mains. Celle-ci ne doit pas reposer au creux de la main mais être tenue entre les doigts.

Exercices :

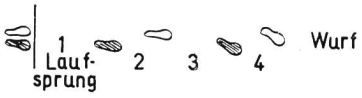
1. Deux élèves se tiennent, vis-à-vis, sur chacune des lignes de fond. Lancer de la station. Droitier avec jambe g. un pas en av. Veillez à un mouvement correct du bras. Bonne position des jambes et du torse, tirer le bras de lancer par-dessus l'épaule. Cela exige une bonne extension arquée du torse et une projection en avant du buste par une énergique poussée des jambes.
   Le partenaire renvoie la balle de la même manière (lancer intensif).
2. Même disposition des élèves que précédemment. Lancer en marchant. Essayer de trouver immédiatement une position de lancer favorable. (Mouvement de jet le plus long possible). Cela exige que



   les jambes travaillent devant le corps avec les deux derniers pas. C'est-à-dire dr. g. et lancer.
3. Comme sous 2 mais en courant légèrement. Lorsque le lanceur court en avant, son partenaire se déplace en arrière, de telle sorte que la distance les séparant demeure la même.
4. Rythme des quatre pas, à la station, en marchant. — La jambe g. demeure sur la marque, la dr. exécute le premier pas. Disposition des élèves : toujours sur la ligne de fond.

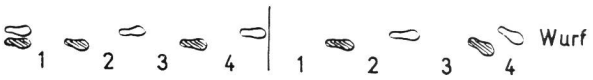


5. Comme sous 4, mais en courant. Le premier pas doit être exécuté comme un saut de course au ras du sol.



6. Faire tout d'abord deux pas marchés d'introduction jusque sur la marque, puis sauts de course : on compte : un, deux, trois, quatre, lancer.

7. Comme sous 6, mais seulement en courant: un, deux, trois, quatre, lancer.
8. Essayons maintenant d'effectuer quatre pas d'introduction. Cela donne en comptant : un, deux, trois, quatre : un deux, trois, quatre, lancer.



9. Avec les classes les plus âgées ou de bons lanceurs, l'on peut même essayer de prolonger la phase d'introduction à 6, 8 ou même 10 pas.

Autres exercices de la leçon d'initiation

a) Lancer sur un but fixe

b) Lancer sur un but mobile

c) Jeux de lancer et de course.

Les exercices de viser seront effectués de préférence sous forme de compétition de groupes ou individuelles. Cette manière de faire rend la leçon plus vivante. Quel est l'élève qui totalise le plus de touchés ? Ou : groupe contre groupe, classe d'âge contre classe d'âge, etc. Pendant les exercices de viser, veiller sans cesse à la bonne position du corps et au mouvement correct du bras. Il faut éviter que les élèves prennent de mauvaises habitudes. La position des jambes et du corps ne jouent pas encore un rôle très considérable. Il en sera question dans le chapitre suivant. Dans les exercices de viser, l'accent doit être porté sur le lancer libre, parfaitement décontracté (forme de jeu). On choisit, de temps en temps, une forme de lancer spéciale comme dans les exercices 1—3 en veillant que le mouvement de lancer soit effectué correctement. En effectuant les exercices de lancer sous forme de concours on n'éveille non seulement de la joie et du plaisir à lancer, mais on réalise encore une leçon intéressante et vivante.
C'est à cela que doivent tendre toutes nos leçons et nous sommes persuadés que chaque moniteur de l'instruction préparatoire fera l'impossible pour enthousiasmer ses élèves au lancer et s'assurer ainsi le succès et de bonnes performances.

Enseignement méthodique

Dans la leçon d'enseignement méthodique nous nous efforçons d'inculquer à l'élève le geste le plus correct pour le lancer. C'est maintenant que débute pour le moniteur, le travail le plus difficile, car il doit être non seulement un bon organisateur, mais encore un excellent observateur. Il s'agit, en effet, de déceler les fautes principales de l'élève et de les lui faire sentir. C'est dans la leçon d'enseignement méthodique que débute l'art du travail de précision.
C'est pourquoi nous allons faire comme le sculpteur. Le bloc de pierre (l'élève) doit tout d'abord être taillé grossièrement puis, de plus en plus finement. Pour le

lancer nous allons procéder de même en commençant de bas en haut, c'est-à-dire par les jambes, les hanches, le torse, les épaules et finalement le bras du lancer. Pourquoi ? Un bon travail de jambes assure : une bonne position du torse lequel assure à son tour : une action efficace des épaules et du bras du lancer. Lorsque le travail général des élèves est effectué avec succès et que l'on a la conviction que le mouvement de lancer a été compris par chacun d'eux, dans son ensemble, on peut commencer avec l'instruction spéciale de chaque élève.

Corrections particulières. Efforçons-nous, lors de la correction, de ne retenir que les fautes principales et d'en déceler les causes. Il ne s'agit pas de contrôler la position du gros orteil ou du petit doigt, mais de la qualité du mouvement dans son ensemble. Les moyens les plus simples conduisent toujours plus rapidement et plus sûrement au but !

Donner à des jeunes gens la juste notion du mouvement sportif est une belle mais aussi l'une des plus difficiles tâches du moniteur I. P.

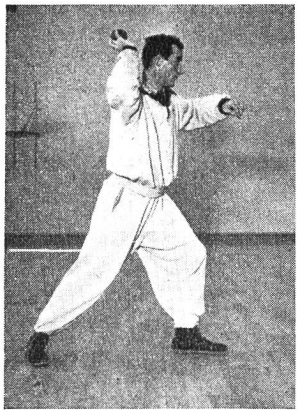
Etude du déroulement du mouvement de lancer

(Balle à lancer)

a) Lancer de la position normale, tout le poids du corps reposant sur la jambe arrière, le bras de lancer tendu, le regard dirigé en avant, le corps arqué et tendu.
Ne pas rechercher la longueur du lancer, mais la correction du mouvement par de petits jets.

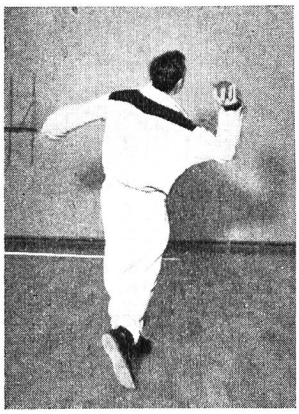
Mouvement. Par une énergique poussée des jambes (jambe arrière tendue, jambe avant bloquée) le corps est lancé en avant en haut. Le bras avec l'agrès va chercher l'élan le plus loin possible en arrière (jet en « coup de fouet »).

Fautes. Pas de phase de blocage de la jambe avant ainsi que mauvais travail des hanches et du torse.



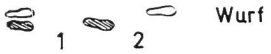
faux

juste



Mauvaise position du bras: à côté de l'épaule de lancer.

b) Lancer avec deux pas d'élan (marcher)



Veiller à ce que les jambes précèdent le corps (allongement du mouvement). La balle doit passer par-dessus l'épaule de lancer. Au moment du déclenchement du lancer, essayer d'accentuer la puissance de celui-ci par une énergique poussée de tout le corps sur le sol.

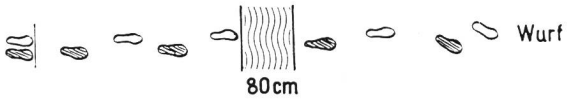
Même exercice en marche.

c) Comme sous b mais en courant légèrement.
Les jambes partent de la marque en précédant le corps, bras de lancer tendu, paume de la main vers le haut.
Pendant la course, la balle est tenue au-dessus de l'épaule de lancer. Le bras de lancer est porté vers l'arrière au moment du saut de course (g. sur dr.).

d) b et c comme exercice de viser sous forme de concours individuel ou de groupe augmente l'assurance et fortifie la notion du mouvement juste. Le moniteur doit contrôler que l'élève effectue bien le mouvement de lancer par-dessus l'épaule. Le but doit être placé à une hauteur normale de manière qu'il n'en résulte pas de faute de tenue au moment du lancer. La détermination correcte du but (cible) assure un bon mouvement de lancer.

Etude du rythme du lancer

Les moyens auxiliaires suivants permettent d'obtenir de bons succès lors de l'initiation au mouvement de lancer à quatre pas : au moyen de cordes à sauter, de bâtons, de sautoirs, de pièces d'équipement, etc. délimiter un fossé rempli d'eau.



Nous adopterons les rythmes suivants : les premiers quatre pas : marcher : un, deux, trois, quatre puis un saut de course comme premier pas par-dessus le fossé, puis : un, deux, trois, quatre et lancer. Pendant le premier pas du rythme de lancer (saut de course par-dessus le fossé), l'on a suffisamment de temps pour ramener le bras de lancer, avec la balle, l'agrès, le javelot, etc. en position tendue derrière le corps. En effectuant le deuxième et le troisième pas, le fameux pas croisé, les jambes précèdent le corps. Cela nécessite que le deuxième et le troisième pas — voir ci-dessus — soient effectués très rapidement. Le quatrième pas — appelé pas de blocage — est plus grand et est exécuté de telle sorte que la jambe avant bloque le mouvement en avant du corps (catapulte). Au moment du lancer, tout le corps en appui sur la jambe dr. doit suivre le mouvement. Ce dernier pas — réception du corps — fait partie du mouvement de propulsion et doit être soigneusement exercé. Pour en faciliter l'étude, le maître compte : un, deux, trois. quatre : lancer (ou 5). Ainsi il n'y a pas d'action de freinage.

Même exercice que sous a) mais avec quatre pas de course comme introduction (élan) (porter la largeur du fossé d'eau à 1 mètre). Nous comptons : un, deux, trois, quatre ; un (saut de course), deux, trois (courir sous le

corps), quatre (pas de blocage), lancer (accompagner le mouvement).
La tête reste toujours en position dans la direction de lancer.

C'est une faute :

lorsque l'agrès (balle à lancer) n'est pas amené derrière le corps, lors du premier pas (petit saut de course) ;

lorsque l'on regarde en arrière (l'agrès) (contorsions du corps) ;

lorsque le pas croisé est effectué derrière la jambe d'appui ;

lorsque la jambe de blocage demeure fléchie au lieu de faciliter la projection en avant, en haut ;

lorsque l'on ne suit pas l'agrès du regard après le lancer (c'est la tête qui dirige le mouvement) ;

lorsque l'on exerce le rythme du lancer en engageant toute sa force (manque de souplesse, mouvement crispé).

Lorsque l'élève est capable d'effectuer le mouvement dans son ensemble et plus ou moins correctement, on peut commencer à corriger chacun des mouvements en particulier. Ici aussi : d'abord les fautes grossières d'exécution puis l'étude du détail.

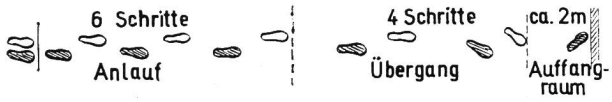
Etude de l'élan

Un élan souple, décontracté constitue la base d'une bonne préparation et d'un bon lancer. Comment se décompose un tel élan pour un élève I. P. ?

a) Elan : 4—8 pas

b) Passage rythmé : 4 pas

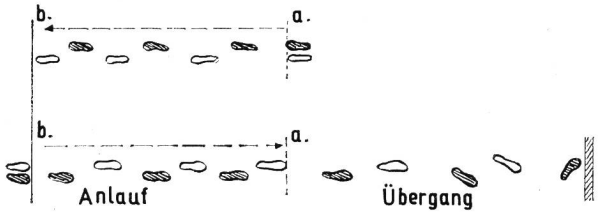
c) Espace de rétablissement : 2—3 m.



Initiation à l'élan : Au cours de la première leçon, exercer l'élan avec quatre pas d'introduction et 4 pas rythmés ; lors de la deuxième leçon, avec six pas d'introduction. Avec de bons lanceurs et des élèves plus âgés — qui ont déjà 2 ou 3 ans d'expérience — on peut porter la phase d'introduction à 8 ou même 10 pas.

Mesure de l'élan (6 pas d'introduction)

a) Poser une marque à l'endroit du passage de l'élan au rythme de lancer.
b) A partir de cette marque, effectuer six pas, en arrière, à l'allure de l'élan. Un camarade contrôle



l'empreinte du pied gauche (pour les droitiers, le pied gauche reste toujours sur la marque ; la jambe dr. effectue le premier pas.)

A partir de la marque b) courir, à nouveau, en direction de la marque a). Le pied g. se pose sur la marque et la jambe dr. effectue le premier passage rythmé.
Courir de b) à a) en posant le pied g. sur la marque a) et exécuter le passage. De la dernière empreinte de la jambe de blocage g. laisser 2—3 mètres pour l'espace de rétablissement. On obtient ainsi la distance d'élan correcte. Tout est très simple. Mais pour obtenir de rapides progrès de la part des élèves, il est nécessaire de se conformer strictement à ces prescriptions. Pourquoi ménager un espace de lancer qui risque de réduire de 2—3 m. les performances ? Essayez donc d'effectuer un lancer correct avec un élan maximum jusqu'à la poutre, sans provoquer un lancer que l'expert devra annuler !
L'espace de rétablissement est précisément là pour permettre au corps de se « réceptionner » après un élan maximum et l'engagement total de son énergie propulsive.

Leçon d'entraînement

Après de bonnes leçons d'initiation et une judicieuse étude du mouvement, l'on peut commencer avec l'entraînement proprement dit du lancer.
Les leçons précédentes peuvent être considérées comme un travail de dégrossissage et de finition technique tandis qu'il appartient à la leçon d'entraînement d'adapter les connaissances techniques aux possibilités physiques du lanceur en vue d'atteindre la meilleure performance, exprimée ici en mètres. Or, ce n'est qu'après de nombreux lancers qu'une amélioration est possible, selon le principe : Une fois, ce n'est rien, deux fois, pas beaucoup mais ce n'est que la troisième fois que s'acquiert le sentiment.

Exemple d'une leçon d'entraînement

Lancer : courir souplement, agrès par-dessus l'épaule de lancer. Lancer avec le rythme de deux (un, deux, lancer) 10—20 lancers légers, comme mise en train.

Mesure de l'élan : Tout d'abord avec quatre pas d'élan. C'est-à-dire : un, deux, trois, quatre (élan) ; un, deux, trois, quatre (passage rythmé) et lancer.
Quatre pas de course pour l'élan, quatre pas pour le passage suffisent amplement pour obtenir des lancers de performance dans le cadre de l'instruction préparatoire. Si les élèves désirent prendre un plus long élan, l'ont peut, sans autre, leur donner la possibilité de le prolonger à 8 et même 10 pas. L'élan doit toujours être effectué d'une manière souple, décontractée et à une allure régulière.

Lancer de performance
(sous forme de compétition)

a) Quel élève de la classe d'âge X, Y ou Z réalise la meilleure performance ?
b) Groupe contre groupe, selon les points. 5 m. = 1 point (35 m. = 7 points.)
c) Lancer de précision à distance. Pour les élèves les plus âgés, le but est éloigné en proportion.

Attention ! Lors de chaque compétition, le moniteur veille sans cesse :

— que l'agrès soit bien pris en main
— que l'élan soit souple et coulé
— que le passage soit harmonieux et rythmé
— que la position du bras de lancer soit bonne
— que tout le corps suive le mouvement au moment du lancer.

Mise en condition

(exercice et résistance)

Qu'est-ce qui manque le plus à nos jeunes gens pour leur permettre de réaliser une bonne performance au lancer ? La force musculaire — les réflexes — la mobilité.

Si nous voulons que nos élèves réalisent de meilleures performances, notre première tâche consiste donc à fortifier l'ensemble de leur musculature. Quelles possibilités avons-nous d'améliorer la condition physique des lanceurs ?

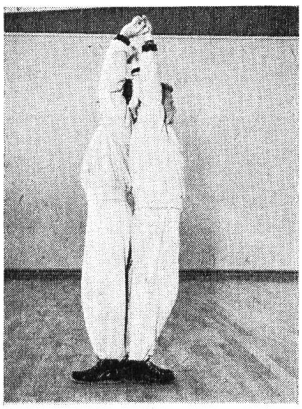
1. Gymnastique appliquée.
2. Exercices avec partenaire (en vue du lancer)
3. Lancer avec des agrès de fortune
4. Exercices appliqués avec agrès de fortune.

Gymnastique appliquée

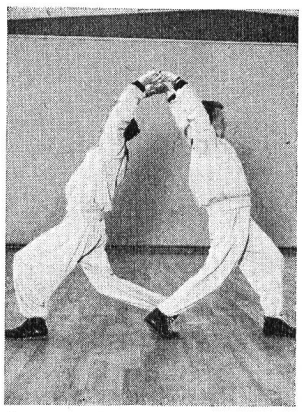
1. Pas croisé — Hopser
2. Marcher avec pas croisés avancés, alternativement à g. et à dr.
3. Effectuer de grands pas avec flexion intermédiaire.
4. Balancer les bras, en av. en haut en lançant la jambe en arr.
5. Cercle des bras, en av. et en arr. en marchant.
6. Flexion du torse à g. à dr. de côté en marchant.
7. Cercle des bras double, de chaque côté du corps, en marchant.
8. Bras en haut, alternativement pas en arr., corps cambré, puis élan énergique, en av. en haut.
9. Station écartée, bras en haut, flexion du torse oblique en arr. La main g. essaye de toucher le talon dr. Alternativement à g. et à dr.
10. Cercle des bras asymétrique, aussi en marchant.

Exercices avec partenaire

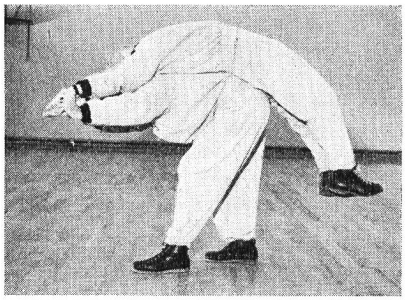
1. Dos à dos, saisir les poignets du partenaire, bras en haut. Charger le partenaire sur son dos. (Photos 4 et 5).
2. Même position de départ que pour l'exercice 1. Les partenaires se saisissent les mains. Chacun d'eux



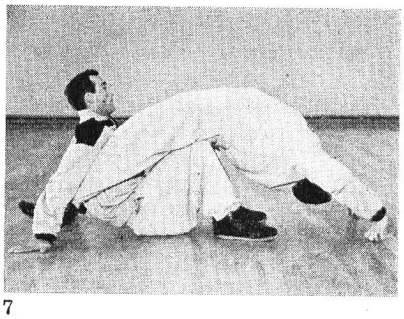
4



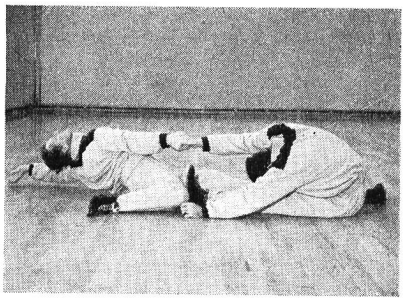
5



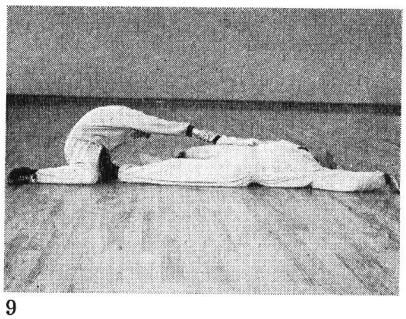
6



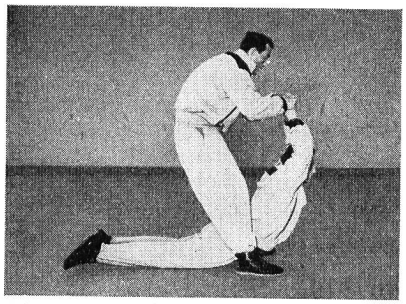
7



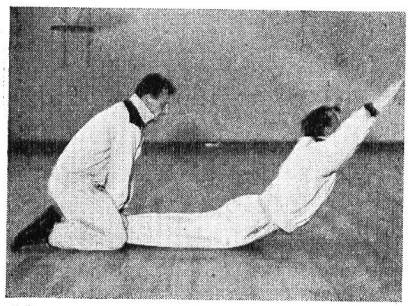
8



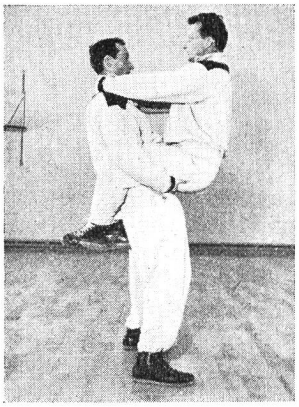
9

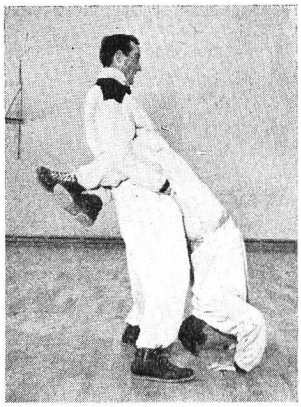


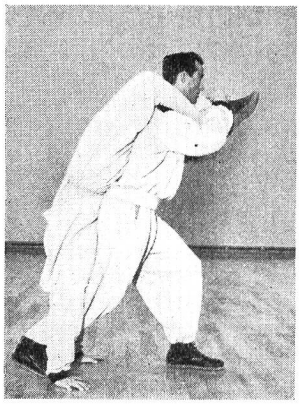
10

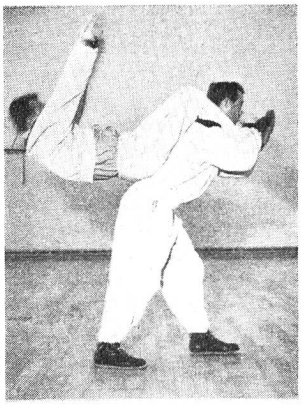


11


12


13


14


15

fait un grand pas en avant, alternativement g. et dr. (Photo 6).

3. Assis sur le sol, jambes fléchies. Le partenaire s'assied sur les genoux de son camarade et place ses jambes sous les aisselles de celui-ci. Flexion du torse en arr. jusqu'à ce que la tête touche le sol et rapide retour à la position de départ. (Photo 7).

4. Les deux partenaires s'asseyent vis-à-vis, une jambe à plat sur le sol, l'autre repliée. La jambe tendue de l'un s'appuie contre la jambe repliée de l'autre. Lorsque les jambes g. sont repliées, ils se saisissent par la main dr. et vice-versa. (Photos 8 et 9).

5. Position couchée ventrale, bras en haut. Un partenaire se tient debout, en position écartée, au-dessus de celui qui est à terre, lui saisit les mains et tire lentement pour accentuer la cambrure du dos. (Photo 10).

6. Position couchée ventrale. Un partenaire s'agenouille derrière les pieds de son camarade et les maintient solidement au sol pendant que celui-ci soulève les mains et le torse le plus haut possible au-dessus du sol. Lentement et avec élan. (Photo 11).

7. Station écartée. Prendre le partenaire en siège sur les hanches. Celui-ci se laisse tomber en arr. jusqu'à ce qu'il touche le sol avec les mains. Retour avec élan au siège sur les hanches du partenaire. (Photos 12 et 13).

8. Faire la pièce droite contre le dos du partenaire. Maintenir les jambes fléchies sur les épaules de celui-ci. Tirer le corps contre en haut jusqu'à ce que le partenaire soit assis sur les épaules de son camarade. (Photos 14 et 15).

9. Comme l'exercice 6, seulement avec rotation du torse. 3—4 fois, rapidement. Mains derrière la nugue. (Photo 16).

10. De la position à genoux, flexion du torse en arr., avec l'aide du partenaire, lentement et avec élan (Photo 17).

11. Position écartée, l'un à côté de l'autre, le pied g. de l'un appuyé contre le pied dr. de l'autre. Flexion du torse de côté, en sens inverse, poids du corps vers l'extérieur en se tenant par la main. (Photo 18).

Lancer avec agrès de fortune

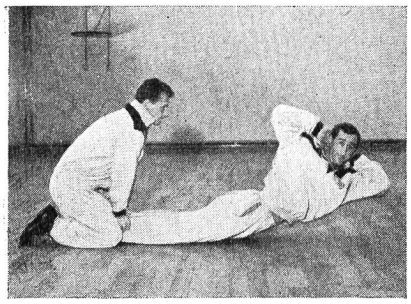
Dans la halle de gymnastique. Lancer des balles de tennis contre la paroi ou à un partenaire.

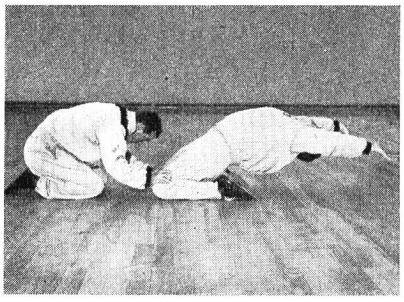
Lancer le ballon de handball contre la paroi ou à un partenaire.

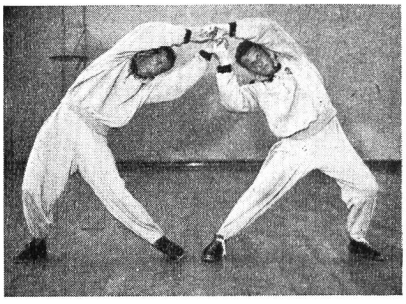
Lancer avec des balles pleines comme entraînement conditionnel (davantage de poids).

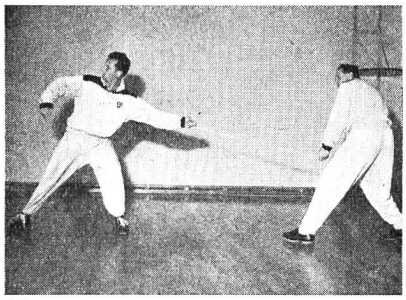
La balle à lanière est un excellent agrès de mise en conditions du lanceur. Saisir la lanière et la replier dans la main de telle sorte que cette prise ressemble quelque peu à celle du javelot. La balle se trouve ainsi tout près de la main et peut être lancée comme une massue. Cet exercice peut s'effectuer de la station, en marche, en course et même en position correcte de lancer.
Lancer des baguettes de noisetier, dont l'extrémité a été émoussée, développe le sens du mouvement, car cet agrès plus long exige une exécution parfaite du geste pour que le lancer soit réussi. Le lancer des baguettes de noisetier est une excellente initiation au lancer du javelot et permet d'en soigner l'exécution dans ses moindres détails. Très bonne préparation des athlètes légers à la compétition !

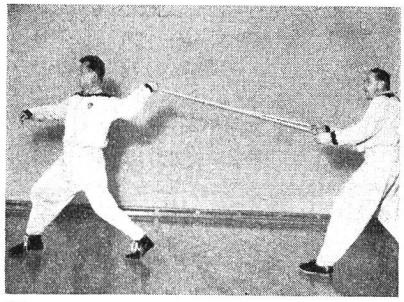
En plein air: On peut utiliser, en plein air, les mêmes agrès que dans la halle. Mais on peut lancer,

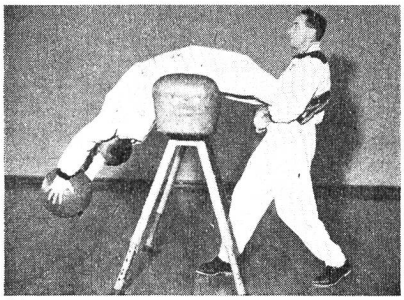

16

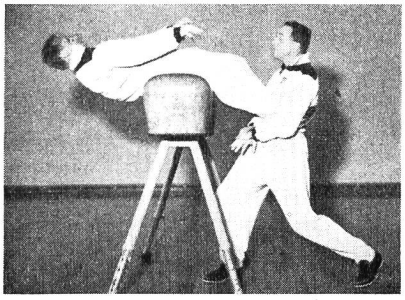

17

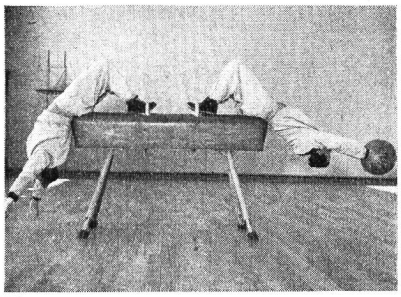

18

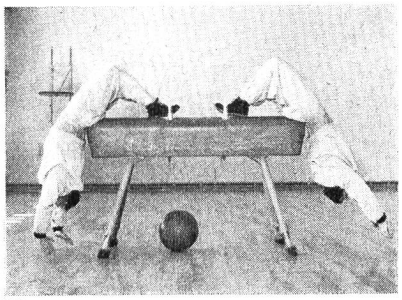

19


20


21


22


23


24

en outre : des pierres, des pives de sapin, des massues, des boules de neige, des bouts de bois, etc. Tous ces agrès de fortune permettent, avec un peu d'imagination, de donner de bonnes leçons de lancer, que ce soit comme initiation, enseignement ou entraînement.

Le lancer contre un partenaire ne doit être effectué qu'avec des balles ; tous les agrès présentant un danger de blessure ne doivent être lancés que dans un sens.

Exercices appliqués avec agrès de fortune

1. L'élève saisit une corde à sauter en son milieu ; le moniteur en saisit les deux extrémités. L'élève marche et exécute les mouvements de lancer. Le moniteur lui offre la résistance nécessaire. (Photos 19, 20).

2. De la position couchée dorsale sur le cheval, qui lance la balle le plus loin ? D'abord avec une balle creuse, puis avec le ballon médicinal. Un ou deux partenaires tiennent les jambes du lanceur. (Photos 21 et 22).

3. Deux élèves sont assis sur un cheval. L'un d'eux passe la balle, en arr. par-dessous le cheval ; le second la saisit de l'autre côté et la redonne au premier élève et ainsi de suite. (Photos 23, 24, 25). Quelle est l'équipe qui fait le plus grand nombre de tours en l'espace de 30 secondes ?

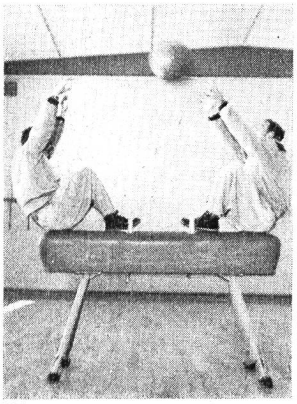
4. Avec le ballon médicinal. Position d'un pas en av., amener la balle derrière la tête, alternativement à g. et à dr. Lancer de la position cambrée. Qui lance le ballon médicinal le plus loin ? (Photo 26).

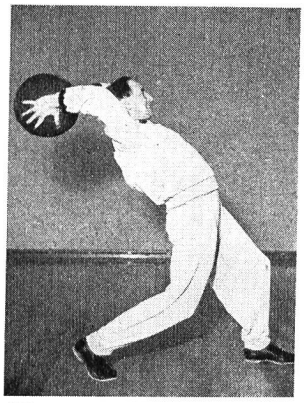
5. Lancer à une main avec le ballon médicinal. Pour les élèves en âge d'instruction préparatoire, le ballon médicinal de 3 kg. est un peu trop lourd. (Ph. 27).

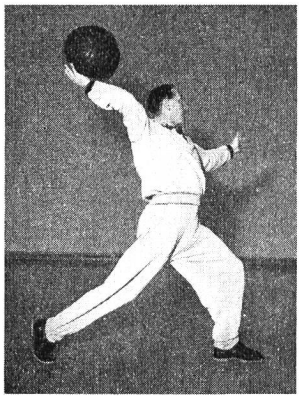
6. Lancer des deux bras, de la position cambrée, en marchant. Le ballon médicinal est saisi avec les deux mains et amené, en marchant, derrière la tête, puis lancer. (Photos 28, 29 et 30).

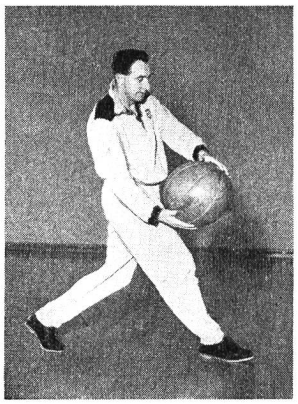
7. Une vieille chambre à air de bicyclette est coupée. L'une de ses extrémités est fixée à un espalier ou à un crochet. L'élève se place en position de lancer devant l'espalier ou le crochet et exerce la traction du bras. (Photos 31, 32 et 33).

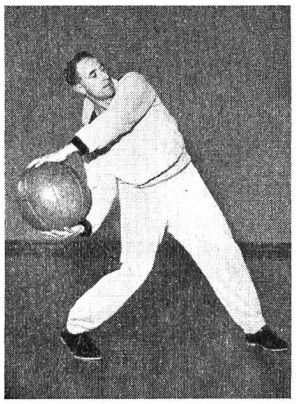
8. La corde à sauter est placée en travers des barres parallèles hautes. A l'une de ses extrémités on fixe un poids (haltère, sac de sable, etc.). L'élève se tient devant les barres en position de lancer et essaye de tirer le poids contre en haut. (Photo 34).

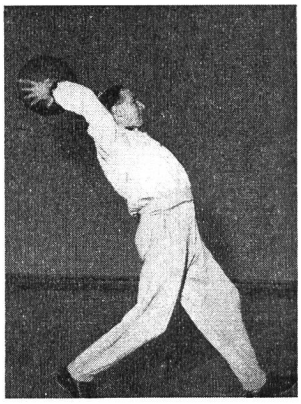

25


26


27


28


29


30

9. Même exercice que sous 8, mais en augmentant la résistance avec l'aide d'un partenaire et d'une chambre à air de bicyclette. Les deux mains saisissent la chambre à air. En marchant, amener les deux mains à côté du corps en position de lancer. (Photos 35 et 36).

10. Un très bon exercice pour le lanceur consiste à couper du bois. (A deux mains, à une main.)

A une main (Lancer avec élan)	A deux mains (Lancer à une main)	A deux mains (Lancer avec élan)

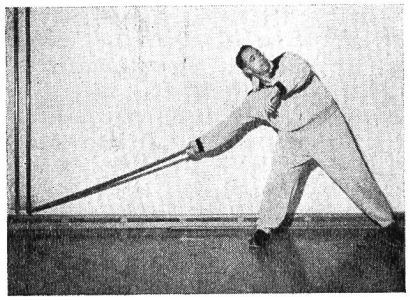
Le poids (triangle) est encore en usage dans de nombreuses sociétés de notre pays et on peut l'obtenir en différentes grandeurs et différents poids, jusqu'à 25 livres. (complètement en fer.)

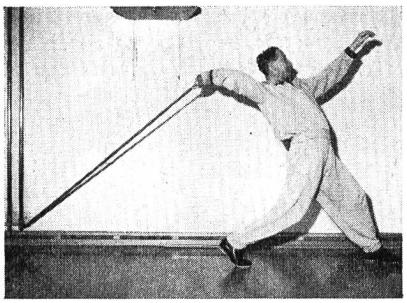
Les exercices appliqués avec agrès devraient faire partie du programme de lancer de tout moniteur I. P. Tous les spécialistes d'athlétisme léger s'accordent à reconnaître que la pratique de ce petit choix d'exercices est indispensable au lanceur de compétition. Pour les jeunes gens en âge d'instruction préparatoire — c'est-à-dire pendant la période de croissance, l'entraînement au lancer doit être adapté aux capacités des jeunes et il convient notamment de faire preuve de la plus grande prudence dans l'utilisation des poids de toute nature.
On a certainement un peu trop négligé, au cours des dernières années, l'entraînement de la force corporelle des jeunes ! Attelons-nous donc avec sérieux à cette partie du chapitre de l'éducation physique afin que nos jeunes n'encourent aucun danger.
Cette présentation n'avait pas d'autre ambition, chers moniteurs I. P., que de vous soumettre quelques suggestions et de vous donner quelques conseils devant vous permettre de toujours mieux remplir votre mission d'éducateurs de notre jeunesse.
Et maintenant, moniteurs I. P. au travail. Nos élèves veulent réaliser de bonnes performances. Ce but ne pourra être atteint que si nous nous donnons totalement à notre enseignement et que nous sommes nous-mêmes parfaitement bien préparés et entraînés à ce bel exercice que constitue le lancer !
Bon succès pour vous et vos élèves !

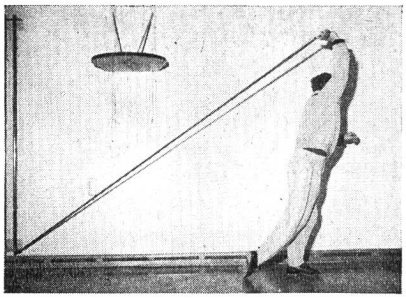
Participez au concours d'idées

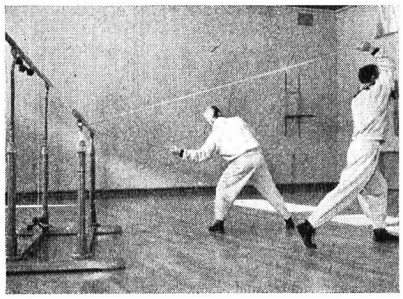
Dans le No 3 de « Jeunesse Forte — Peuple Libre » nous avons invité nos lecteurs à nous faire part de leurs suggestions pour l'aménagement, dans nos halles, d'agrès ou d'installations destinés à rendre plus attrayant l'enseignement du lancer. Les meilleures idées feront l'objet d'un concours doté de prix.
Quelques lecteurs nous ont déjà fait part d'intéressantes et originales suggestions. Nous espérons recevoir les vôtres avant le délai d'inscription du 30 avril 1959.

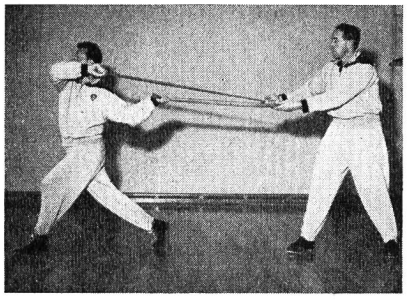
La rédaction.

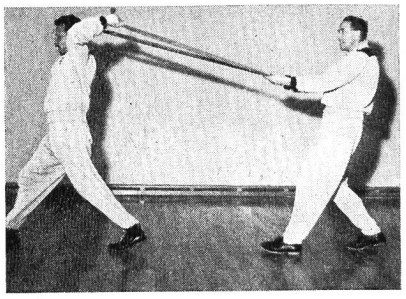

31


32


33


34


35


36