

Zeitschrift: Annuaire de l'instruction publique en Suisse
Band: 21 (1930)

Artikel: L'enseignement de la gymnastique aux garçons dans les écoles primaires
Autor: Thorin, John
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-111744>

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: 11.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

L'enseignement de la gymnastique aux garçons dans les écoles primaires.

L'enseignement de la gymnastique aux *garçons*, dans les écoles suisses, est réglementé par la Confédération. Celui qui s'adresse aux *filles* est laissé à l'initiative des cantons.

C'est en 1874 et sur la proposition du Département militaire que fut adoptée une ordonnance sur l'instruction préparatoire de la jeunesse, ordonnance qui a été revisée à diverses reprises. La dernière, datant de 1928, contient, outre les directives sur l'enseignement de la gymnastique, des prescriptions pour la formation du personnel enseignant, sur les dispenses de l'enseignement obligatoire, sur les engins et les places de gymnastique, de même que sur l'organisation des cours de gymnastique et autres exercices corporels.

Elle stipule, en particulier, que la gymnastique doit être enseignée aux garçons, comme *branche obligatoire* pendant toute leur scolarité et dans toutes les écoles et institutions publiques ou privées ; que l'enseignement de la gymnastique se divise, suivant l'âge des élèves, en trois degrés : premier degré, dès l'entrée à l'école jusqu'à l'âge de neuf ans ; deuxième degré, de dix à douze ans ; troisième degré, de treize ans à la fin de la scolarité ; que l'enseignement de la gymnastique est donné conformément au *Manuel fédéral de Gymnastique pour l'Education physique des garçons de sept à quinze ans*.

L'enseignement doit être donné pendant toute l'année scolaire. Dans chaque classe, on y consacrera au minimum deux heures par semaine. Il est désirable, en outre, que, dans le semestre d'été, un après-midi par semaine soit consacré aux jeux et que, dans le semestre d'hiver, l'occasion soit fournie aux élèves

de faire régulièrement des excursions et du sport (luge, patinage et ski).

L'enseignement de la gymnastique est donné, en règle générale, par le maître ou la maîtresse de classe. Dans les écoles comptant plusieurs classes, on peut charger de cet enseignement un maître particulièrement qualifié et, dans les écoles possédant des maîtres spéciaux (écoles supérieures), un maître de gymnastique, si possible détenteur du diplôme fédéral de gymnastique.

Le Conseil fédéral peut ordonner des inspections pour se rendre compte de la manière dont la gymnastique est enseignée dans les écoles. Les cantons sont tenus de présenter au Conseil fédéral, tous les trois ans, la première fois pour la fin de 1930, un rapport sur l'enseignement de la gymnastique, les places de jeux et les engins de gymnastique.

L'instruction nécessaire au personnel enseignant est donnée dans les écoles normales, cantonales ou privées. Les élèves de ces établissements sont tenus de suivre au minimum trois heures de gymnastique par semaine dans chaque classe. La gymnastique est une branche obligatoire de l'examen de sortie des écoles normales. Le Conseil fédéral a le droit de contrôler cet enseignement et de se faire représenter aux examens de gymnastique. Suivant les besoins, la Confédération organise chaque année, dans les différentes parties du pays, des cours destinés à former des maîtres et maîtresses de gymnastique ou à compléter leurs connaissances. La Confédération prend à sa charge les frais de ces cours.

La Confédération institue, d'entente avec les cantons qui possèdent une *université*, des cours universitaires de gymnastique et des examens pour les candidats des deux sexes qui désirent obtenir le diplôme fédéral de maître ou maîtresse de gymnastique. Ces cours comprennent l'anatomie, la physiologie, l'hygiène générale, la méthodologie, l'histoire de l'éducation physique, plus des cours pratiques pour gymnastique aux garçons et aux filles. Pour être admis à ces cours, il faut être porteur d'une maturité.

Seules jusqu'ici les universités de Bâle et de Zurich ont créé de tels cours. Nous savons que Genève étudie en ce moment une organisation semblable avec le concours de l'Institut Rousseau ; nous souhaitons beaucoup que cette tentative réussisse.

En somme, c'est la Confédération, sous les auspices du Département militaire fédéral qui a, jusqu'à maintenant, dirigé et orienté la pratique des exercices physiques dans le domaine scolaire. Au début la gymnastique avait comme but la préparation militaire de la jeunesse ; peu à peu, suivant méthodiquement les influences de la science, elle s'est toujours plus orientée du côté des besoins physiques des adolescents.

C'est en 1862 que le Département militaire approuva une « instruction » pour l'enseignement de la gymnastique aux troupes fédérales en notifiant qu'elle pourrait être utilisée aussi par les sociétés de gymnastique et par les classes supérieures de l'école populaire auxquelles on la recommandait.

Cet essai ne donna pas les résultats espérés, et les milieux intéressés demandèrent l'introduction de la gymnastique, comme branche obligatoire, dans toutes les écoles populaires. C'est alors que la Constitution de 1874 stipula, au chapitre 81 de la loi militaire, ce qui suit :

« Les cantons pourvoient à ce que les jeunes gens, dès l'âge de dix ans jusqu'à l'époque de leur sortie de l'école primaire, reçoivent des cours de gymnastique préparatoire au service militaire. Dans la règle, ces cours sont donnés par les régents. Ceux-ci reçoivent dans les écoles de recrues de la Confédération et dans les écoles normales des cantons l'instruction nécessaire à cet enseignement. Les cantons pourvoient en outre à ce que les exercices de gymnastique préparatoire au service militaire soient suivis par tous les jeunes gens, depuis leur sortie de l'école primaire jusqu'à l'âge de vingt ans. »

Il fallut naturellement fixer les directives de cet enseignement et, en 1876, parut le premier manuel officiel de gymnastique, élaboré par le Dr Guillaume Schoch, de Frauenfeld, et approuvé par le Conseil fédéral. A cette même date, la *Commission fédérale de gymnastique* fut créée et rattachée au Département militaire fédéral comme organe consultatif. C'est cette Commission, toujours existante, qui régit tout ce qui, dans le domaine de l'éducation physique et des sports, se rattache officiellement à la Confédération.

Le manuel de 1876 renfermait la matière destinée à la jeunesse de dix à vingt ans. Mais, en 1878, une ordonnance restreignit cette matière, qui ne fut plus destinée qu'aux écoliers de dix à quinze ans. L'application du manuel aux jeunes gens de seize

à vingt ans, fut abandonnée, parce qu'elle présentait de grandes difficultés, n'étant soumise à aucune organisation scolaire.

Ce manuel avait été conçu plutôt sous la forme d'un règlement militaire. Il comprenait des exercices systématiques avec prédominance des exercices d'ordre. La matière était composée de marches, formations, préliminaires, sauts, grimper aux perches, poutre d'appui et exercices de canne.

En 1898 paraissait le deuxième manuel de gymnastique qui possédait tous les caractères d'un bon moyen d'enseignement ; il apporta dans les leçons plus de vie et de diversité. Il fut élaboré, comme tous les manuels qui suivirent, par la Commission fédérale de gymnastique.

Son contenu comprenait encore un grand nombre de marches et de formations, de préliminaires libres et avec cannes, de sauts, d'exercices aux engins (reck, barres parallèles, poutre d'appui, perches, planche d'assaut) et des jeux sous une forme encore bien modeste.

La Confédération publia alors des instructions pour l'achat d'engins et la construction de halles de gymnastique. On organisa des cours pour la formation des maîtres, et la Société fédérale de gymnastique fut chargée de les préparer. Le premier eut lieu en 1889. A partir de 1910, la Société suisse des maîtres de gymnastique, mieux placée pour grouper les éléments scolaires, prit en mains cette organisation, à laquelle elle donna un essor réjouissant.

En 1912 parut le troisième « Manuel de gymnastique », qui renferme, comme innovation, la matière d'enseignement pour les enfants de sept à neuf ans ; en outre, pour la première fois, nous voyons figurer des exercices suédois aux espaliers et aux bancs ; enfin des exercices populaires (athlétisme léger) y sont traités dans un chapitre spécial. Les jeux, figurant déjà dans les précédents ouvrages, contiennent des formes plus étendues et plus précises.

Des cours d'introduction pour l'emploi de ce nouveau manuel eurent lieu de 1912 à 1915 pour les maîtres spéciaux de gymnastique aux écoles normales. On organisa, par la suite, des cours régionaux dans 18 cantons.

L'interprétation de la matière de ce manuel réalisait un immense progrès en ce sens que l'intérêt de l'enfant, son déve-

loppelement physique étaient sérieusement pris en considération. La préparation militaire passait, de ce fait, à l'arrière-plan. On employait bien encore les formations et les commandements militaires, notamment pour les marches et les ordres, mais les leçons étaient conçues de façon à développer les qualités physiques de l'enfant en tenant compte de son état de croissance.

La nouvelle organisation militaire de 1907 donna plus de force encore à l'ordonnance fédérale sur la gymnastique ; elle rendit l'enseignement des exercices physiques obligatoire pendant toute la scolarité, donc aux élèves de sept, huit et neuf ans. Une prescription d'une grande portée est celle qui ordonne qu'à l'occasion du recrutement ait lieu un examen sur les capacités et les aptitudes physiques des jeunes gens. Après des essais faits en 1905 et 1906, qui donnèrent des résultats satisfaisants, ces mesures furent introduites dans l'ordonnance de 1907. Elles ont été supprimées depuis 1914, mais le Conseil national en a voté le rétablissement à partir de l'année prochaine.

L'ordonnance de 1917 contient également des prescriptions sur l'instruction préparatoire post-scolaire. Elle prévoit des cours préparatoires de gymnastique (sans armes), des cours volontaires avec armes, et des cours pour jeunes tireurs. Les cours préparatoires de gymnastique ont été confiés aux sociétés de gymnastique. Nous pouvons dire qu'en Suisse romande leur succès est très relatif.

Le manuel de 1912 fut un excellent guide et il donna une impulsion sérieuse à la pratique des exercices physiques dans les écoles.

Mais c'est à partir de cette époque que le sport, soit les grands jeux et les exercices athlétiques, prit une grande place dans l'esprit de la jeunesse et se développa d'une manière extraordinaire ; il devint en quelque sorte le rival de la gymnastique systématique. Dès son origine, la gymnastique avait cherché à obtenir de la totalité des individus des résultats moyens et, à cet effet, elle faisait exécuter ses exercices en commun et sous un certain contrôle. Le sport, au contraire, tint compte dans une plus large mesure de la nature de chaque individu ; il exigea de lui le maximum de rendement ; il prit davantage en considération ses aptitudes physiques et

ses dispositions personnelles ; il s'occupa du jeune homme plutôt individuellement, et, tout en lui laissant toute liberté dans le choix des exercices, il exigea que le corps donnât son maximum d'effort. Cette manière de procéder n'était pas sans provoquer de graves dangers pour la santé de la jeunesse.

L'antagonisme entre la gymnastique et le sport eut pour effet de démontrer qu'aucune des deux voies suivies ne pouvait donner un résultat parfait, et que ce n'était qu'en combinant les valeurs intrinsèques de la gymnastique et du sport que l'on parviendrait à marquer un nouveau progrès dans le développement de la culture physique. D'un côté la gymnastique devait s'orienter vers les formes naturelles des mouvements, ce qui existait déjà en partie dans les anciennes méthodes dites empiriques. Elle devait également réservier une place plus importante aux grands jeux et aux exercices en plein air. D'autre part, le sport devait se modérer dans ses applications et viser à des buts éducatifs.

Pendant cette lutte et ces réformes, la question du besoin d'exercice chez l'enfant, de la valeur réelle des différents genres d'exercices et de chaque exercice en particulier, passa peu à peu au premier plan. Mais seuls les physiologistes étaient qualifiés pour donner une solution précise à ces problèmes.

Dès que la science prît sérieusement intérêt à cette branche, à la valeur des exercices, au développement de l'enfant et à ses besoins d'activité aux différents âges, la culture physique put enregistrer un nouveau pas en avant.

Les recherches scientifiques sont poussées aujourd'hui très activement dans une quantité de laboratoires et d'instituts d'expérimentation. Les nombreux travaux publiés depuis quelques années émanent des pays les plus divers. Parmi les physiologistes qui se sont donnés entièrement à cette tâche, citons les plus éminents : Georges Demeny, Auguste Schmidt, Fernand Lagrange, qui ont établi les rapports existants entre la théorie et la pratique.

Les réformes essentielles qu'ils réclamèrent furent les suivantes :

1. Augmentation du temps consacré aux exercices physiques.
2. Accorder une place plus large aux exercices en plein air.
3. Donner plus d'importance aux exercices d'habileté (athlét-

tisme) et de virilité (jeux), trop négligés par la gymnastique systématique.

4. Nécessité d'agir au moyen d'exercices bien déterminés sur la musculature du torse, afin d'assurer au corps une bonne attitude.

5. Abandon de la *statique*, dans les exercices systématiques et son remplacement par des mouvements *dynamiques* souples et continus.

Ces conceptions nouvelles ont, comme bien l'on pense, conduit la Commission fédérale de gymnastique à modifier à nouveau les bases de l'enseignement des exercices physiques dans notre pays et notamment dans les écoles.

En 1924, d'accord avec le Département militaire fédéral, la Commission entreprit les études nécessaires à la préparation d'un nouveau manuel, celui qui nous régit, que nous allons analyser, et qui vit le jour en allemand en 1927. La traduction française ne sortit de presse qu'un an après.

La Commission fédérale de gymnastique, se rendant compte du mouvement qui agitait la question de l'éducation physique, avait décidé de la soumettre, dans son ensemble et dans ses détails, à un examen minutieux. Deux physiologistes, le professeur Dr E. *Matthias*, de Zurich, et le Dr J. *Steinemann*, de Berne, furent chargés de cette étude qui devait porter sur les *but*s, *les moyens et la méthode de l'éducation physique*.

Disons que les deux rapporteurs délégués représentaient deux tendances, non différentes dans leur essence, mais dans les conceptions d'application.

Les travaux présentés et publiés dans un rapport rédigé par M. P. *Kipfer*, professeur à Biel, secrétaire de la Commission fédérale de gymnastique, sont d'un réel intérêt scientifique.

Toutes les faces des problèmes ont été envisagées avec minutie et surtout avec le seul désir de sauvegarder les intérêts supérieurs de l'enfant.

Les diverses parties de ces études comprenaient :

1. Bases générales de l'éducation physique.
2. Répartition des matières dans le plan d'étude de l'éducation corporelle aux différents degrés durant l'âge de développement.

3. Importance, choix et exécution des exercices préliminaires dans les différents degrés durant l'âge de développement.

4. Valeur des exercices aux engins dans l'enseignement de la gymnastique.

5. Importance des exercices populaires et des jeux dans l'éducation physique.

Même les conclusions de ces rapports, soumises à un examen approfondi de la commission fédérale, sont trop longues à énumérer ; nous nous contenterons d'en donner un court résumé.

A la première question, il fut convenu que l'éducation physique doit avant tout favoriser le développement harmonieux des systèmes organiques en stimulant leurs fonctions normales, pour créer des êtres endurcis, usant d'une manière sûre et adroite de toutes les formes naturelles du mouvement et chez lesquels les qualités intellectuelles et morales sont cultivées d'une manière aussi diverse que favorable.

Les conditions de croissance comportent un besoin d'exercices correspondant au degré de développement de l'enfant.

Les exercices systématiques sont nécessaires à l'éducation corporelle si l'on veut obtenir une influence féconde sur la conformation de la colonne vertébrale et le développement de la cage thoracique.

Pour stimuler ces influences, il est nécessaire de provoquer l'activité du cœur et des poumons en utilisant davantage les jeux de partis, ainsi que les formes naturelles de mouvement. En agissant avec prudence, graduellement, on peut, dès l'âge de quatorze ans, demander des performances.

Lors du choix des exercices, il ne faut pas perdre de vue les buts *internes*, résultant du besoin physiologique, et *externes*, provenant des exigences de la vie pratique.

En ce qui a trait aux formes d'exécution, on peut distinguer :

1. La forme naturelle.
2. La forme méthodique (ensemble).
3. La forme artistique (individuelle).

Une éducation corporelle intensifiée et améliorée est nécessaire aussi bien au sexe masculin qu'au sexe féminin.

A la deuxième question, il est répondu entre autres que les

divers principes tirés de la science et de l'expérience doivent trouver leur application lors du choix et de la répartition des exercices. La récapitulation des exercices comprend les phases de développement de l'âge scolaire des deux sexes définies selon les périodes de croissance reconnues exactes.

Première période. — 6-13^{es} années garçons (6-11^{es} années filles).

1. Gymnastique dorsale intensive, au moyen d'exercices de tenue soigneusement choisis et répondant aux besoins physiologiques, pratiqués premièrement sous forme d'imitation et ensuite sous une forme méthodique toujours plus correcte.

2. Pratique d'exercices méthodiques développant la coordination corporelle. (Exercice athlétique et engins.)

3. Exercices et mouvements répondant à un tempérament où les sentiments dominent et qui nécessite des jeux récréatifs individuels, de groupes ou de partis.

Deuxième période. — 13-16^{es} années garçons (11-14^{es} années filles).

1. Exercices préliminaires et aux engins adaptés au développement naissant de la raison, n'éprouvant pas trop fortement les centres nerveux et favorisant la croissance de la cage thoracique.

2. Exercices sous forme de jeux de combat où l'idée de concurrence devra stimuler d'une manière rationnelle le besoin de mouvement qui tend à diminuer.

3. Exercices de force et de durée adaptés aux prédispositions de chacun, pour l'évaluation desquelles, sans chercher à obtenir des records, il est permis de tenir compte du développement de l'intelligence et du besoin naissant de se distinguer. Cette période, durant laquelle se produit la grande croissance en longueur, doit retenir toute notre attention parce que la diminution naturelle de la nécessité de mouvement exige des ménagements.

Troisième période. — Après la 17^e année garçons (14^e filles).

1. Exercices de force et de durée adaptés au degré d'appréciation de la valeur de l'éducation corporelle, toujours complétés par des exercices de tenue (préliminaires) qui conservent ici toute leur valeur.

2. Prise en considération de l'instruction individuelle et, par là, du principe de concurrence comme base du travail individuel.

3. Pratique poussée jusqu'à la perfection des jeux de partis, afin d'utiliser complètement la valeur de l'instruction en commun.

La troisième question ayant trait aux exercices préliminaires a donné lieu à un échange de vues extrêmement intéressant. En voici les conclusions :

1. Les exercices préliminaires doivent être considérés comme une partie précieuse et essentielle des mouvements destinés à l'éducation corporelle. Ils doivent leur valeur : *a)* à l'effet physiologique qu'ils produisent et qui ne peut être obtenu dans la même mesure par aucun autre moyen ; cet effet permet de combattre les influences défavorables de l'école au point de vue physique, et, plus tard, celles causées par l'activité professionnelle ; *b)* au fait qu'ils favorisent la discipline et l'ordre ; *c)* à leur application facile à tous les degrés scolaires, même lorsque les moyens disponibles pour l'enseignement de la gymnastique sont insuffisants.

2. Bien que les préliminaires soient plutôt de nature abstraite, et qu'ils ne soient pas accueillis immédiatement avec plaisir par l'enfant, comme le sont les formes naturelles et le jeu, ils ne peuvent être éliminés de l'éducation physique, mais doivent être intercalés avec le plus grand soin dans la leçon.

3. Le maître d'éducation physique expérimenté peut procéder lui-même au choix des exercices ; mais il convient de mettre à la disposition des moins experts des groupes d'exercices pour chaque degré. Il faut nécessairement pour cette branche, qui peut s'étendre à l'infini, préparer un choix de mouvements à mettre à la disposition du corps enseignant.

4. Les dernières données de la science, préconisant le dynamisme, mouvement souple et continu, doivent servir de base à l'adoption du principe d'exécution des exercices préliminaires.

Quatrième question : valeur des exercices aux engins.

La gymnastique aux engins fut, à un certain moment, âprement combattue ; on lui reprochait ses formes acrobatiques, une activité insuffisante des muscles des jambes, une influence nuisible dans les appuis prolongés ainsi que dans les suspensions incorrectes.

La science a totalement réhabilité la pratique des exercices aux engins (reck, barres parallèles, perches) en les utilisant dans

les formes préconisées par le dynanisme, ce qui n'est, en somme, qu'un retour aux anciennes applications.

Des exposés des deux rapporteurs, il résulte :

1. La gymnastique aux engins est un précieux moyen d'éducation physique. Son importance est accrue par le fait qu'elle tend, pour le développement harmonique, vers des buts spéciaux et absous.

2. Ses principaux effets sont :

- a) Affermissement de la ceinture scapulaire.
- b) Domination automatique parfaite du système musculaire produite par le changement rapide des innervations, et l'obligation d'un déplacement rapide du point d'équilibre.
- c) Développement de formes physiques agréables et d'une mobilité plus élégante.
- d) Utilité pratique particulière pour stimuler la croissance.
- e) Source de courage et de décision rapide.

Chez les adultes, la gymnastique aux engins devient un sport qui peut procurer pleine satisfaction à ses adhérents ; c'est pourquoi cette gymnastique, pratiquée dans les sociétés, doit être considérée sous un autre point de vue qu'à l'école.

La joie que l'on éprouve à pratiquer la gymnastique aux engins a sa source dans un besoin biologique ; dans les mouvements du corps, aussi bien que dans le domaine des formes, des couleurs et des sons, l'homme tend à satisfaire son goût pour la « stylisation ». Le besoin biologique de l'enfant se manifeste par la joie qu'il éprouve à se balancer à tous les objets qui s'y prêtent. L'éducateur doit aller au-devant de ce besoin. La gymnastique aux engins permet un enseignement corporel sans interruption, donc également par le mauvais temps et tout spécialement en hiver. L'emploi de la gymnastique aux engins, autrefois beaucoup trop étendu, doit subir une simplification sensible. On doit s'abstenir à l'école d'exercices acrobatiques et difficiles à exécuter.

Cinquième question. Les exercices populaires (athlétiques) représentent toutes les formes de mouvement par lesquels l'homme a, dans le passé, assuré son entretien et qu'il emploie encore aujourd'hui, plus ou moins, dans la lutte pour l'existence.

C'est une activité familière au petit enfant ; il suffira simplement de la perfectionner.

Ces exercices agissent le plus souvent sur un grand nombre de muscles et nécessitent ainsi un gros effort général. Par une assimilation et une désassimilation stimulées, le cœur et les poumons sont fortifiés, le corps gagne en endurance et devient capable d'un plus gros effort. Comme la plupart de ces exercices sont pratiqués hors salle, la bienfaisante influence de l'air pur et l'endurcissement physique contre les variations atmosphériques deviennent aussi des avantages appréciables.

De par leur nature, ces exercices sont très appréciés de la jeunesse, qui s'adonne ainsi avec joie à la pratique des exercices corporels.

Quant aux *jeux*, ils s'adressent tout particulièrement au développement des qualités viriles. De plus, les jeux rendent agile et souple ; courir, éviter une balle ou un ennemi, se baisser, se tourner, sauter et s'accroupir, frapper, lancer, recevoir une balle sont d'excellents exercices pour les jambes, les bras, le torse, les mains, les yeux, etc. Ils sont particulièrement favorables au point de vue éducatif. Ils développent la décision prompte, la présence d'esprit, et, à un très haut degré, mieux que tout autre exercice, le sentiment de la collectivité, de la camaraderie et de l'entr'aide. Ils développent, lorsqu'ils sont pratiqués sous surveillance spéciale et non en vue de la *championomanie*, l'esprit de subordination à un but supérieur, et apprennent à se soumettre aux directions et aux idées générales. L'éducation de la maîtrise de soi-même, ainsi que l'observation des principes de vérité et de justice, qui rendent l'homme chevaleresque, sont également d'une importance capitale. Ce sont là des qualités de caractère qui jouent un grand rôle dans la vie des individus, de la société et des peuples.

Voici les conclusions admises :

1. Les exercices sportifs (athlétisme et jeux) puisent leur matière dans les formes naturelles de la vie et servent avant tout comme moyen de développement de l'individu.
2. Ils sont importants parce qu'ils exercent leur effet par une impulsion intérieure, et cela jusqu'à un certain degré.
3. Il ne faut pas attendre des exercices sportifs des effets spéciaux. Ils ne les produisent qu'à un degré restreint à cause de leur forme d'exécution libre.

4. L'exercice n'est populaire que s'il stimule le travail personnel et l'observation de soi-même. Il doit pouvoir, sur le conseil du maître, être poussé jusqu'au plus haut degré.

5. Le jeu de partis est un facteur important de l'éducation collective.

6. L'application du principe de la concurrence dans les exercices sportifs et dans le jeu a besoin d'être surveillée constamment pour que l'activité physique ne dépasse pas la capacité physiologique de l'élève.

7. Les exercices sportifs sont aussi de grande valeur par le fait qu'ils représentent le mieux le principe économique de la plus grande somme de travail pour la plus petite dépense de force.

Ce que nous venons d'exposer n'est qu'un bien faible résumé des remarquables rapports présentés par M. le professeur-Dr *Matthias* et M. le Dr *Steinemann*, qui, en spécialistes de premier ordre, ont accompli un travail énorme, consciencieux, puisé aux meilleures sources de la science moderne. Or, ce sont ces travaux qui ont servi à l'élaboration du nouveau manuel de gymnastique à l'usage des écoles suisses.

Une commission fédérale, composée de médecins, notamment des deux rapporteurs ci-dessus désignés, et des maîtres de gymnastique les plus réputés en Suisse, présidée avec une rare distinction par M. le professeur *P. Kipfer*, de Bienne, se mit courageusement à l'œuvre pour établir la matière de ce manuel, conformément aux données fondamentales établies par les rapports susmentionnés.

Cette commission travailla pendant trois ans, ce qui n'a rien d'excessif si l'on songe que tous les exercices contenus dans ce guide ont été expérimentés. Chacun mit le meilleur de lui-même pour contribuer efficacement à la préparation d'un instrument de travail susceptible d'améliorer l'état physique de la jeunesse par les moyens les plus rationnels, les plus précis, en tenant compte des indications scientifiques les plus sérieuses et des conditions spéciales à notre pays.

Cette commission s'exprime en ces termes : « Ce que nous mettons dans les mains des éducateurs n'est pas une courte instruction pour l'enseignement de la gymnastique, c'est un manuel que nous avons voulu adapter à l'éducation élevée de tout le corps enseignant. En réduisant les exigences, nous

aurions diminué l'estime due à une branche qui doit être mise au même rang que toutes les autres disciplines. Notre seul but fut le bien de la jeunesse, et, par elle, celui de tout le peuple. Si cette idée se réalise, et c'est là notre vœu, nous n'aurons pas travaillé en vain ».

* * *

Examinons un peu le contenu de ce manuel qui se divise en deux parties : *Partie théorique* et *partie pratique*.

Dans les manuels précédents, le côté scientifique et théorique de l'éducation physique était plutôt négligé. Cette lacune devait disparaître dans le nouveau qui s'efforce de traiter, d'une façon un peu brève, il est vrai, une quantité de questions ayant un rapport direct avec la pratique du mouvement.

C'est d'abord la note historique qui ouvre la marche par des exposés succincts sur les exercices physiques chez les Grecs, le moyen âge, la création de la gymnastique populaire, les nouveaux systèmes, la méthode, l'enseignement de la gymnastique comme préparation militaire, la réforme des exercices physiques et l'enseignement de cette discipline de 1874 à nos jours.

La *biologie* y occupe une bonne place ; les sujets suivants y sont traités :

Les faits fondamentaux de la science de la vie.

Les principes de la mécanique du mouvement.

L'adaptation fonctionnelle, nature de l'entraînement.

Les exercices physiques dans leurs rapports avec les systèmes musculaires et osseux.

Fatigue et rétablissement.

Influence des exercices physiques sur la circulation, la respiration, la digestion et les excréptions.

L'action des exercices physiques sur le cœur, sur les organes de respiration, sur les organes de la digestion et de l'excrétion.

La peau comme organe sensoriel et comme régulateur de la température.

L'importance de la gymnastique en plein air.

L'importance des rayons solaires.

La collaboration des muscles, des nerfs et du cerveau.

La nature de la coordination.

Nature et valeur des automatismes.

Importance qu'il y a à s'appuyer sur des phénomènes de la vie.

Importance de l'exercice exécuté avec joie.

Le jeu comme point de départ naturel de l'enseignement physique.

De la valeur des différents genres d'exercices suivant l'influence physiologique ou psychologique qu'ils exercent sur l'enfant.

Le besoin d'exercice aux différentes périodes d'âge.

Aspect général des périodes de croissance.

Les caractéristiques intellectuelles et psychiques de la période de puberté et leurs influences sur le caractère des exercices.

Les mensurations corporelles.

La *méthode* y est exposée dans les chapitres suivants : L'éducation physique dans le cadre de l'éducation générale. — La matière d'exercices, l'enseignement de la gymnastique. — Principes généraux de la méthode. — Instructions méthodiques particulières. — Le commandement. — La démonstration et l'étude des exercices. — Les installations de gymnastique, halles, places de jeux, matériel gymnastique et jeux. — Le vêtement. — L'appréciation des performances. — Valeur des concours. — Valeur des jeux.

La connaissance, même partielle, de ces divers éléments est de nature à mieux orienter l'enseignement des exercices physiques vers ses buts réels. De plus, elle doit rendre le maître plus apte à choisir judicieusement la matière d'enseignement et le genre d'exercices, à juger de la répartition de ceux-ci pour lui permettre d'élaborer des leçons types appropriées aux différentes circonstances.

PARTIE PRATIQUE. — MATIÈRES D'EXERCICES.

Disséquer la partie pratique du nouveau manuel fédéral est le meilleur moyen de se renseigner, d'une façon exacte, sur la nouvelle méthode de gymnastique pratiquée dans notre pays.

La matière est divisée en *trois degrés* :

Le 1^{er} degré correspond aux enfants de 7 à 9 ans.

Le 2^e degré » » 10 à 12 ans.

Le 3^e degré » » 13 à 15 ans.

La gymnastique du premier degré doit se distinguer par une grande activité et un changement très varié dans le choix des exercices : du mouvement, encore du mouvement, c'est dans la nature du petit enfant. Les lois biologiques exigent que soient respectés cette liberté de mouvement et ce besoin d'activité. L'éducation générale étant basée sur le développement et l'âge de l'enfant, il en sera de même pour l'éducation physique. Dès son plus jeune âge, l'enfant imite toutes les activités qui l'entourent, se met à la place des artisans et des objets en mouvement qu'il a observés ; il est tour à tour le père, la mère, le chat, la locomotive ou le train tout entier, etc., et son imagination crée, ajoute, retranche ce que la règle ignore. Cette vie *primaire* ne doit pas être supprimée dès son entrée à l'école ; l'enfant n'est pas encore en mesure de fixer longuement son attention sur des sujets abstraits, il doit trouver dans son milieu de nouveaux exercices d'imitation.

C'est pourquoi, tenant compte de ce fait psychologique, la gymnastique du *premier* degré est en grande partie établie sur des mouvements d'imitation. Pour cet enseignement, on restera au niveau de l'enfant, usant même de locutions locales, de mots du terroir, d'expressions imagées, vivantes.

Le programme comprend :

1. *Formations diverses*, ligne de front, cercle, colonne par un et colonne par deux.
2. *Marches*. Marche en cadence, marche rythmée en frappant les mains. Marcher en se faisant petit, grand et en levant les genoux.
3. *Course*. Courir, trotter, galoper (imiter le cheval), sautiller, imiter la locomotive, l'attelage, les poursuites en cercle, etc.
4. *Sauts*. Sautilements, exercices préparatoires : sauter par-dessus une corde basse, aussi tournée, monter, descendre et sauter par-dessus des bancs suédois, sauter en profondeur de la station sur une poutrelle, un échelon d'espalier, etc.
5. *Lancer et recevoir*. Exercices dont le but est de développer l'habileté (à exercer dans les formes libres individuelles). Faire rebondir une balle sur le sol, la lancer en hauteur et la recevoir, la lancer contre une paroi, un objet désigné, à un élève, etc.
6. *Exercices de tenue et d'assouplissement* (préliminaires). Ils

se composent presque exclusivement d'exercices d'imitation et sont classés d'après leur but physiologique.

Exercices pour les bras et les épaules : cueillir des pommes, laver du linge, scier du bois, mouvements de piston de la locomotive, voltiger comme un papillon, un corbeau, battre des mains, frotter les mains, battre les épaules, imiter le ventilateur, le tourniquet, la grande roue, blanchir le plafond, fouetter la toupie, etc.

Exercices avec effet principal sur les muscles droits du torse : Se faire petit comme un nain, grand comme un géant, se cacher, s'agenouiller, cueillir des fruits et les poser dans une corbeille à terre, pomper, arracher des pommes de terre, fendre du bois, tourner une grande roue à deux, regarder en arrière par dessous les jambes, regarder vers le ciel, faire la culbute, ramer, etc.

Exercices avec effet principal sur les muscles obliques et transverses du torse : Marcher à quatre pattes (imiter les divers animaux), charger du bois, sonner la cloche, tourner une grande roue de côté, toucher un genou avec le front, frictionner la jambe, laver la paroi, rincer le linge, faucher, semer, balayer la neige, etc.

Exercices des jambes : Pédaler, sautiller, avec appui des mains à terre : sautiller comme un lièvre, comme une grenouille, faire le dos rond comme le chat, etc.

Histoires mimées : Avant l'heure de l'école, au jardin scolaire, sur le chantier, en vacances, etc.

Cette série se termine par des *jeux* et des *rondes*.

Jeux amusants et d'imitation qui ont pour effet de délasser et de calmer. *Jeux* de mouvements qui ont une plus grande activité et mettent les organes de la circulation à une plus forte contribution. Les *rondes* chantées rentrent dans la catégorie des jeux amusants.

Exemple de leçons pour la septième année.

Placement sur *un rang* :

1. Reformer le rang sur le côté opposé de la salle en faisant déplacer les élèves *un* par *un* en courant rapidement.
2. En colonne par *un*, conduire la classe avec prise des mains sur les autres côtés de la salle, former un cercle, puis revenir en colonne par *un*.
3. Lentement : battre des mains au-dessus de la tête et devant la ceinture, le regard suivant les mains.

4. Rapidement : le ventilateur (bras fléchis devant la poitrine, tourner les avant-bras l'un autour de l'autre).
5. En colonne par *un*, marcher et, pendant la marche, former un cercle, puis courir en cercle.
6. En cercle, face au centre : lentement, se cacher (se faire le plus petit possible), puis regarder par-dessus la haie. Rapidement : une jambe posée en avant, pomper avec la pompe à incendie.
7. En cercle de flanc : trotter, puis galoper comme le cheval.
8. En cercle de flanc, jambes ouvertes : lentement, décrire un grand cercle devant soi avec une main.
Rapidement, abattre un arbre avec la cognée.
9. Alterner un sautillage léger avec un sautillage énergique (préparation du sautillage dans la corde tournée).
10. Jeu. Jacques, où es-tu?

Il va sans dire que le manuel donne les détails complets des jeux comme des autres parties du programme.

La transition avec la gymnastique du 2^e degré se fera sans heurt et, peu à peu, dès que celle du 1^{er} degré aura cessé de plaire, ce qui se présente généralement vers la 9^e année ; entrent alors en considération, les exercices systématiques dans leurs formes simples, les engins, l'athlétisme léger et les jeux de partis.

Les 2^e et 3^e degrés sont établis sur le même principe, seule une gradation proportionnée aux efforts les différencie.

La matière de ces degrés comprend *cinq* parties :

1. Exercices d'ordre (placements exécutés avec précision, légèreté, rapidité).
2. Exercices de tenue et d'assouplissement (préliminaires).
3. Exercices de course et de saut.
4. Exercices d'habileté (engins, lancer, jeter, tirer, pousser, lutter, lever, porter ; le ski, le patin, la natation, etc.).
5. Les grands jeux.

Les exercices d'ordre. — L'individu disparaît pour devenir membre d'un tout plus grand et les exercices d'ordre exigent de chaque collaborateur un travail précis, nécessitant de l'attention, des égards réciproques et des facultés d'adaptation bien développées. Ils développent ainsi le sens de la collectivité et de la subordination. Nous y trouvons :

La mise en rang et le rassemblement, la position normale, les conversions, l'alignement et les formations diverses.

Les exercices de tenue et d'assouplissement (préliminaires). — Ils doivent en premier lieu contribuer à assurer et améliorer la tenue. D'autre part, ils visent au développement et au renforcement des muscles et pour cela s'adressent aux groupes les plus faibles. Simultanément les os leur servant d'appui, se fortifient. Ils ont donc une action favorable sur la croissance du squelette. D'autre part, par une action plus intense et poussée progressivement, ils servent à assouplir les articulations et à les affermir, si cela est nécessaire.

Pour obtenir le développement de la *musculature*, les mouvements doivent être exécutés *lentement*, d'une façon *continue* et poussés à fond jusqu'à complète élongation (contraction) des muscles mis en action, puis suivis immédiatement du *relâchement* de ces muscles.

En revanche, l'assouplissement des articulations s'obtiendra par l'exécution rapide et accélérée des mouvements qui seront continus, accentués et souples.

C'est pourquoi les exercices préliminaires seront exécutés en partie *lentement*, en partie *rapidement* et avec un certain élan. Ils sont classés d'après leurs effets principaux sur les muscles des bras et des épaules, sur les muscles droits du torse, sur les muscles obliques et transverses du torse, et enfin sur ceux des jambes. L'exécution de ces exercices provoquera en même temps la pratique des exercices respiratoires.

L'exécution sera toujours rythmée, les mouvements se succéderont sans à-coups et sans arrêts. Plus de mouvements brusques, rigides, avec des contractions maintenues agissant trop fortement sur le système nerveux.

Les exercices commencent de la station *droite, tenue naturelle* et non *raidie*.

Pour chaque année scolaire, de la 10^e à la 15^e, le manuel donne :

Pour les bras et les épaules, 4 exercices lents et 4 accélérés.

Pour les muscles droits du torse, 4 exercices lents et 4 accélérés.

Pour les muscles obliques et transverses, 4 exercices lents et 4 accélérés.

Pour les jambes 4 exercices qui comportent des sautillements,

des balancements et des flexions suivies immédiatement d'extensions.

Les exercices à l'espalier sont maintenant rattachés aux exercices de *tenue* et *d'assouplissement*. Ils poursuivent le même but et leur exécution doit être également rythmée.

La marche et la course.

Les exercices de marche ont pour but de rendre la démarche aisée, souple et assurée. A cet effet les mouvements du corps devront être naturels, dépourvus de toute contrainte.

Les exercices de course constituent le moyen le plus efficace pour développer et fortifier les poumons et le cœur. Ils exigent souvent un gros effort de volonté. Cet exercice demande beaucoup de prudence dans ses applications, car, par une pratique exagérée, on peut facilement faire naître des troubles cardiaques. Aussi le manuel prescrit-il très exactement ce qui peut être normalement exigé aux différents âges, tant dans les courses de vitesse que dans celles de durée.

Outre les exercices préparatoires pour l'étude de la course, il est prescrit le *start debout* et le *start accroupi*, les distances et les temps pour chaque année scolaire. Dans le domaine de l'application on a recouru aux formes de jeux, telles que *la course aux trois balles*, *courses aux numéros*, *courses d'estafettes* avec virage aller et retour, en rectangle, circulaire, courses en lançant ou roulant le ballon. Dans ces formes, ce n'est pas le jeu qui importe, mais bien la course ; évidemment la forme jeu est un stimulant pour les élèves. Pour la plupart de ces courses, on emploie les *témoins*, bâtons qui se transmettent d'un élève à l'autre. Ces exercices se pratiquent en formant des équipes luttant entre elles.

Le saut sert aussi bien au développement du corps qu'aux exigences de la vie pratique. Les élèves doivent être préparés de manière à les rendre maîtres de leurs moyens physiques ; ils doivent apprendre à vaincre aisément les obstacles. Tout en poursuivant ce dernier but, le saut est encore une école de courage et de confiance en soi.

Ces exercices ne s'exécutent plus que sous la forme individuelle, sauf en ce qui concerne l'étude décomposée.

Nous avons :

Le saut en longueur avec et sans élan.

Le saut en hauteur avec et sans élan, de face.

Le saut oblique.

Les sauts avec appui (barres, poutre, mouton, dos de camarades.)

Les sauts d'obstacles (bancs, murs, fossés, talus, etc.).

Les exercices d'habileté.

Les exercices populaires (athlétiques) représentent toutes les formes de mouvements. Ils agissent le plus souvent sur un grand nombre de muscles et nécessitent un gros effort général. Ces exercices s'exécutent sans observation de la tenue, par contre ils nécessitent des techniques très spéciales pour être exécutés dans de bonnes conditions. Le manuel prescrit aisément l'étude des techniques se rapportant à chaque exercice. C'est pourquoi ils sont très appréciés de la jeunesse qui les pratique avec joie. Il y a donc pour chaque exercice des mouvements préparatoires à étudier avant de passer aux applications définitives. Les exercices préparatoires peuvent se pratiquer en salle, alors que les applications ne peuvent se faire qu'en plein air sur de grands emplacements.

Lancer et jeter. — Développent en général l'adresse. Lancer la balle par le bas, aussi par le haut : à petites et à grandes distances.

Lancer le ballon des deux mains, par le bas, par le haut, de bas en haut ; ballon léger, ballon lourd.

Frapper la balle avec une palette.

Jeter un boulet, une pierre.

Lever et porter. — Fortifient la musculature des bras, des épaules et du dos.

Lever de pierres, d'haltères légers.

Porter un camarade sur le dos, sur les épaules, devant la poitrine, sur les bras. Porter à deux.

Traction, propulsion et lutte libre. — Ces exercices mettent tout le corps à contribution. Comme ils répondent au besoin de combat des garçons, ils provoquent, sans que les intéressés le veuillent, un effort complet.

Tirer par couples avec prise d'une main, aussi des deux mains.

Pousser par couples avec les épaules.

Lutte pour la possession du bâtonnet.

Lutte de traction à la corde.

Lutte libre (éléments simples).

NATATION — PATINAGE — SKI

La *natation* est un excellent exercice physique ; elle élargit la cage thoracique et augmente la capacité pulmonaire. Elle cultive le courage et donne la confiance et la maîtrise de soi. Le manuel précise les exercices d'accoutumance à l'eau, les mouvements à sec pour la nage sur le ventre et la nage sur le dos ; le « crawl » y est également traité, de même que le plongeon.

Le *patinage* est un exercice d'équilibre. Il favorise l'adresse, développe la musculature des jambes et du torse, stimule les poumons et le cœur. Nous y trouvons les mouvements simples, préparatoires, ainsi qu'un certain nombre de figures.

Le *ski* est un exercice d'une efficacité générale. La marche dans le terrain développe la décision, le courage et la présence d'esprit.

Ce sport expose le corps à la bienfaisante influence de l'air et des fortifiants rayons du soleil. La pratique du ski prend une importance prépondérante dans les régions favorisées par la neige, où elle devient souvent le seul moyen de faire des exercices physiques réguliers.

Il va sans dire que ces exercices ne trouvent une application judicieuse que dans certaines parties du pays, notamment en montagne. Dans beaucoup d'écoles ce n'est qu'occasionnellement que l'on peut s'exercer au ski, au patin ou pratiquer la natation.

EXCURSIONS

Le Manuel donne d'utiles renseignements sur les excursions d'un ou plusieurs jours, et principalement sur la façon de les organiser, sur les précautions à prendre pour éviter des accidents, des refroidissements, etc. Il mentionne aussi les genres de victuailles et les boissons qu'il convient d'emporter ; il en indique même les quantités.

LES JEUX

Contrairement aux jeux du 1^{er} degré, ceux du 2^e et 3^e degrés sont exclusivement des jeux de grand mouvement. Au point de vue santé, ils ont une très grande importance à cause de leur influence sur la musculature générale, et par cela même sur le cœur et les poumons. Les jeux de partis sont particulièrement favorables au point de vue *éducatif*. Les successions

très rapides des situations dans le jeu exigent de chaque joueur des changements immédiats de conception et de combinaisons, si on ne veut perdre l'occasion d'un bel avantage ou celle d'échapper à la brusque attaque de l'adversaire.

Tous les exercices recommandés dans les parties *courses* et *habiletés* trouvent ici leurs applications. Courir très vite, lancer et recevoir habilement une balle, un ballon, passer un ballon, frapper une balle avec la palette, etc., sont des éléments qu'il faut pratiquer avec une certaine facilité avant de pouvoir entreprendre l'organisation d'un jeu avec quelque chance de succès.

Dans le 2^e degré, on joue les mêmes jeux que dans le 3^e degré, mais tandis que pour les grands on applique les règles de concours complètes, chez les élèves du 2^e degré on se contente de règles simplifiées.

Le jeu est très difficile à enseigner si l'on veut en retirer des avantages sérieux au point de vue éducatif. Il faut faire respecter strictement les règles admises et éviter que les enfants imposent leur propre volonté ou s'inspirent des sentiments qui dominent les *concours* et les *championnats*.

Parmi ces grands jeux, nous citons :

Le ballon lancé par-dessus la corde.

Le ballon frontière.

Le jeu de barre.

La balle frappée.

Le ballon à la main.

Le ballon à la corbeille.

Le manuel donne encore quelques exemples de leçons convenant à différentes années, une liste complète du matériel nécessaire aux exercices populaires et aux jeux y figure également.

Enfin, chaque leçon étant basée sur le plan établi dans la partie biologique, la répartition suivante en est recommandée :

<i>Plan d'une leçon</i>	<i>50 minutes</i>	<i>30 minutes</i>
1. Exercices d'ordre	3	2
2. Exercices de tenue et d'assouplissement (préliminaires)	8	8
3. Exercices de course et de saut	12	5
4. Exercices d'habileté (athlétisme)	12	5
5. Jeux	15	10
	<i>50 minutes</i>	<i>30 minutes</i>

* * *

Le Manuel fédéral suisse constitue, à nos yeux, un ouvrage des plus complets et des mieux établis. Il est de nature à satisfaire à toutes les exigences connues en matière d'éducation et s'adapte d'une façon merveilleuse à notre pays. C'est un outil sûr mis entre les mains des éducateurs et des maîtres de gymnastique. Sans doute, est-il nécessaire que l'instituteur reçoive des instructions spéciales pour se mettre au courant de ces nouvelles conceptions et se servir du manuel comme il convient.

Des cours spéciaux, de deux journées seulement, ont été organisés à cet effet dans tous les cantons, et rendus obligatoires pour les membres du corps enseignant primaire. C'est évidemment un résultat, mais insuffisant encore selon nous.

C'est pour cette raison que les cantons de *Vaud* et de *Genève* ont adopté un recueil de *plans de leçons*, élaboré par M. Huguenin, maître de gymnastique à Lausanne et le soussigné, qui contient toute la matière pratique du Manuel fédéral suisse, répartie en plans de leçons pour toutes les classes de la 7^e à la 15^e année. Nous sommes certains que cette modeste publication facilitera grandement la tâche des instituteurs et des institutrices.

* * *

Et maintenant que nous connaissons bien la méthode nouvelle adoptée pour les écoles suisses, examinons rapidement ce qui s'est fait ailleurs. On parle souvent de méthodes étrangères, méthodes personnelles, à réputation surfaite. Une étude faite dans chaque nation en 1927 par M. Piasecki, professeur à la faculté de médecine de Poznan, nous renseigne d'une manière complète.

Disons qu'au cours de la première moitié du siècle dernier *trois méthodes* présidaient à l'éducation physique.

1. La *gymnastique allemande* de Jahn-Spiess, comprenant des mouvements libres et des exercices aux engins (reck-barres) comme complément sportif.

2. La *gymnastique suédoise*, classique, esthétique, hygiénique, statique, basée sur la physiologie humaine.

3. Les *jeux* et les *sports* éducatifs appliqués en Angleterre.

Au point de vue scolaire, les deux premières restèrent en présence, non sans entretenir d'âpres luttes.

De cette lutte naquit ce que nous pouvons appeler la *méthode éclectique*. Il s'est évidemment créé autour de ces deux méthodes toute une série de systèmes, localisés, dans lesquels on aurait de la peine à trouver une base scientifique.

Au Danemark, on appliquait dans les écoles la méthode suédoise et la gymnastique allemande dans les sociétés.

En Finlande, les écoles et les sociétés pratiquent la gymnastique allemande en y joignant quelques éléments suédois.

En Suède, la gymnastique de *Ling*, la première conçue sur un plan physiologique, y fut pratiquée avec un immense succès. Aujourd'hui, la méthode suédoise s'adapte forcément au dynamisme, en conservant ses appareils spéciaux (espalier, bonne, banc, cadre).

La Norvège a introduit dans ses écoles la gymnastique suédoise et pour les sociétés la gymnastique allemande. Les conceptions sont les mêmes en Belgique.

En Grande-Bretagne, l'éducation physique ne comprenait jadis uniquement que des jeux. Peu à peu, on introduisit quelques éléments de la gymnastique suédoise et de la gymnastique allemande.

En Pologne, c'est la gymnastique allemande, quelque peu modifiée par Tyrs, qui domine.

La France a, plus que les autres nations, souffert des luttes de tendances. Dans ce domaine, ce pays est en voie de réorganisation. Aucun des anciens systèmes n'a pu obtenir la prépondérance. Actuellement on y pratique l'*éclectisme*, et l'on pousse l'orientation nouvelle qui est l'œuvre du professeur Demeny.

Aux Pays-Bas, la gymnastique allemande s'enseigne dans les écoles, mais on l'oriente aussi vers les données scientifiques modernes.

L'Autriche subit l'influence des méthodes scandinaves. Toutefois le Dr Gaulhofer y a fait admettre une méthode basée strictement sur les formes naturelles.

La Tchécoslovaquie considère le Dr Tyrs comme le créateur de sa méthode. En fait, il s'agit du système allemand modernisé.

L'Allemagne a conservé comme base le système Jahn-Spiess en lui apportant les modifications successives suggérées par la science. On étudie beaucoup dans ce pays, on y dispose de nombreux laboratoires, instituts de formation et d'expérimentation. Il ne faut pas s'étonner si on apporte fréquemment des modifications à l'enseignement de l'éducation physique.

Nous pouvons dire que, dans ce domaine, la Suisse a subi des influences allemandes. Les premiers pionniers nous sont venus d'Allemagne, c'est pourquoi nous avons toujours été attachés au système Jahn-Spiess. Les sociétés de gymnastique pratiquent toujours cette méthode, tandis que dans les écoles, l'électisme s'est manifesté depuis longtemps. Le Manuel fédéral de 1912 avait beaucoup emprunté à la gymnastique suédoise.

Par ce qui précède, on peut se rendre compte que *deux* grands courants ont dominé, jusqu'à la fin du XIX^e siècle, l'éducation physique en Europe : le système suédois, basé sur la statique et le système allemand, mi-statique, avec un mélange d'exercices aux engins, considérés comme étant du sport. Selon les circonstances et les initiateurs, on adoptait l'une ou l'autre de ces méthodes et quelquefois, ce qui était plus sage, un mélange des deux. Plus tard, les jeux sont venus compléter les programmes.

Les tendances modernes, issues d'études basées sur la physiologie et la psychologie, approuvent sans réserve le dynamisme : chaque méthode se trouve en quelque sorte dans l'obligation d'apporter les modifications qui s'imposent, et de ce fait, les méthodes se pénètrent, se confondent ; elles ne tarderont pas à devenir uniformes, dans leurs grandes lignes tout au moins.

C'est ainsi que la lutte des systèmes a fait place à un travail coordonné, placé sous le haut contrôle de la science.

Comme nous l'avons vu, ce sont ces considérations seules qui ont servi de base à l'élaboration du *Nouveau manuel fédéral suisse de gymnastique*.

Puisse ce précieux guide répondre aux vœux de ses dévoués auteurs et procurer à notre jeunesse une santé plus forte, une ardeur toujours renouvelée, une volonté plus ferme, qualités unies à des sentiments élevés de devoir et d'altruisme que le développement intellectuel aura fait naître en eux, afin d'en faire des êtres utiles à la famille et au pays.

Genève, avril 1930.

JOHN THORIN,
Inspecteur cantonal de gymnastique.