

Zeitschrift:	Bulletin pédagogique : organe de la Société fribourgeoise d'éducation et du Musée pédagogique
Herausgeber:	Société fribourgeoise d'éducation
Band:	70 (1941)
Heft:	13
Rubrik:	Gymnastique féminine

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: 29.01.2026

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

précieuse des exercices au plancher en décubitus dorsal ou facial¹, les exercices de reptation² et combien d'autres. Il y a là pour l'instituteur une mine dans laquelle il pourra choisir tous les exercices qu'il désire sans jamais lasser ses élèves, et en les enseignant il restera dans la ligne que l'école normale lui a tracée, que son devoir lui commande de faire.

L'Education physique, G. TSCHOUAMY, Porrentruy.

Gymnastique féminine

Réponse à l'article : « Encore un peu de gymnastique féminine », paru dans le numéro du 15 juillet.

Qu'on me permette de demander pourquoi le balancé de jambe doit être supprimé dans la gymnastique féminine, comme l'indique l'auteur de l'article au n° 4 ?

Cet exercice est-il dangereux pour la santé de la fillette ?

Chacun sait le travail fourni par la musculature des hanches lors d'un balancé de jambe. Chacun connaît la valeur physiologique et esthétique de hanches souples, mobiles et bien musclées. Pourquoi donc priver la jeune fille et la fillette de cet exercice qui leur permet d'acquérir en même temps : le bon fonctionnement de leurs organes abdominaux, la beauté de la ligne et une démarche ample et sans heurt ?

Est-ce une question de décence ? L'auteur a-t-il fait exécuter ce travail par ses élèves ? A-t-il eu à souffrir de réactions un peu vives de la part de la population ? Je ne sais, mais ne pourrait-on pas habituer le public à voir sainement les choses ? A ne voir, par exemple, dans ce balancé de la jambe, qu'un travail excellent pour la santé ; donc un travail nécessaire ?

Dans le numéro 10, l'auteur décrète que le saut est supprimé dans la gymnastique féminine et remplacé par l'étude des pas.

Une simple comparaison entre la valeur éducative des pas et la valeur éducative du saut fera comprendre que ces deux branches de l'éducation physique sont très différentes et ne peuvent être remplacées l'une par l'autre.

Que se propose-t-on en introduisant l'étude des pas dans la gymnastique féminine ?

1^o De développer chez l'enfant le sens du rythme ;

2^o De donner de la souplesse, de l'élégance à ses mouvements, à ses gestes, à ses attitudes ;

3^o De fortifier la musculature de ses jambes, puisqu'il entre des sauts dans l'étude des pas. De ce troisième point, il résulte que l'étude des pas prépare au saut plutôt qu'il ne le remplace.

Voyons ensuite le but du saut. Le *Manuel fédéral de gymnastique féminine*, qui peut faire autorité, indique le saut comme une école de maîtrise de ses moyens physiques, de courage et de confiance en soi. En voilà assez pour ne pas supprimer ce magnifique exercice qu'est le saut.

On objectera, peut-être, que le saut est un exercice trop violent pour la jeune fille. Si chaque éducateur adapte rationnellement le travail qu'il exige de ses élèves à leurs capacités physiques, il ne peut en résulter aucun danger.

Maintenons donc le saut dans nos leçons de gymnastique. L. GARREAU.

¹ *Décubitus*, attitude du corps, lorsqu'il repose sur un plan horizontal. Le décubitus est une attitude de repos. On distingue les décubitus dorsal, ventral, latéral droit et latéral gauche.

² *Reptation*, action de ramper. (Réd.)