

Zeitschrift:	La vie musicale : revue bimensuelle de la musique suisse et étrangère
Herausgeber:	Association des musiciens suisses
Band:	1 (1907-1908)
Heft:	12
Rubrik:	Société de gymnastique rythmique : (méthode Jacques -Dalcroze)

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: 13.01.2026

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

SOCIÉTÉ DE GYMNASTIQUE RYTHMIQUE

(MÉTHODE JAQUES-DALCROZE)

Communications du Comité de la S. G. R.

REVUE DE LA PRESSE

La revue allemande *Körper und Geist* a publié dans son numéro du 19 novembre un article de notre collègue le docteur Robert Tschudi, professeur à Bâle, sur « l'essence et la portée de la gymnastique rythmique ». C'est, du point de vue scientifique et pédagogique, une des études les plus pénétrantes et les plus complètes qu'ait suscitées, à notre connaissance, la méthode Jaques-Dalcroze.

Après avoir évoqué le but lointain auquel notre maître dédie ses efforts — cet homme nouveau doué du pouvoir d'engendrer sous une forme qui s'ajuste à ses besoins la vérité du passé et de transformer la vie même en œuvre d'art — l'auteur nous invite à une comparaison entre la gymnastique rythmique et les systèmes les plus réputés d'éducation physique. Il reconnaît dans le choix des exercices — tant de marche que de respiration, d'équilibre, de renforcement ou d'assouplissement des muscles — le souci de satisfaire à des lois d'hygiène et d'esthétique, et ce souci n'apparaît pas seulement dans le choix des exercices, mais dans leur ordonnance, conçue en vue de créer une forme corporelle plus noble, l'harmónie de la ligne, la grâce du maintien, la beauté des mouvements, « le perfectionnement de la force et de la souplesse des muscles dans les proportions de l'espace et du temps ». Tous présentent ce caractère commun de placer l'élève en face de la vie vivante, de substituer aux notions abstraites une réalité dont il prend conscience en lui-même ; on éveille son sentiment, il s'échauffe au point de ne plus seulement penser et constater, mais d'éprouver et de saisir. D'autre part, jamais son esprit n'est absent de ce qu'il éprouve dans son corps, et son activité intellectuelle est sans cesse en jeu : tel exercice favorable à la santé atteint du même coup un but plus haut, en lui révélant les étroits rapports de sa vie mentale et physique.

Ce sont là des traits caractéristiques de la méthode J.-D. qui, de plus, se distingue avantageusement des gymnastiques allemande ou suédoise par ses exercices respiratoires que la première néglige absolument, que la seconde ignore en partie. Ils trahissent la préoccupation tout à fait justifiée de fortifier les poumons non seulement par une action directe exercée sur cet organe ou sur le diaphragme, mais par l'élargissement de la cage thoracique.

Quant aux exercices d'innervation, aucun système de gymnastique ne prend le même soin pour régler cette opération, la graduer, la doser ; ils visent à une économie de force et, en permettant d'obtenir un maximum d'effort, ils réalisent l'harmonie et la beauté des mouvements par l'éducation de chaque groupe musculaire pris isolément. Quel contraste à cet égard entre la gymnastique allemande qui fait accomplir tous les mouvements avec des membres raidis et la méthode J.-D., qui connaît toute une échelle de crescendo et de diminuendo de tension ! Si la valeur gymnastique des exercices d'indépendance des membres est tout de suite apparente, on ne saurait contester davantage l'excellence de ceux qui, pour régulariser une dépense d'énergie exigée des muscles, opposent à ces muscles, au lieu d'engins, la résistance d'une autre activité musculaire vivante, et qui la mesurent sur le degré de puissance propre à chaque individu.

(A suivre)